

Hubungan Antara Kecemasan Sosial dengan Kecenderungan *Nomophobia* pada Mahasiswa Perantau di Kota Makassar

Nurul Magfirah

Universitas Negeri Makassar

Ahmad Ridfah

Universitas Negeri Makassar

Ismalandari Ismail

Universitas Negeri Makassar

Journal of Correctional Issues
2023, Vol. 6 (2)
Politeknik Ilmu
Pemasyarakatan

Review
10-12-2023

Accepted
26-12-2023

Abstract

Overseas students who experience social anxiety will feel anxious when communicating and face to face, so they use smartphones more which can trigger the emergence of nomophobia tendencies. This study aims to determine the relationship between social anxiety and nomophobia tendencies among overseas students in Makassar City. The subjects in this study were overseas students studying in Makassar City aged 18 to 25 years. The sampling technique used is accidental sampling. Nomophobia tendency is measured using a scale Nomophobia Questionnaire (NMP-Q), social anxiety was measured using the Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A). Hypothesis testing using Rank Spearman correlation analysis. The results of the analysis obtained were $p = 0.003 < 0.005$ or there was a relationship between social anxiety and the tendency of nomophobia among overseas students in the city of Makassar. The correlation coefficient of social anxiety variable with nomophobia tendency is 0.228 or it is classified as weak. The conclusion in this study shows that there is a relationship between social anxiety and nomophobia tendencies in overseas students in Makassar City. The social anxiety possessed by the subjects in this study was moderate, while the tendency of nomophobia possessed by the subjects in this study was high.

Keywords : *Nomophobia Tendency, Overseas Students, Social Anxiety*

Abstrak

Mahasiswa perantau yang mengalami kecemasan sosial akan merasa cemas jika berkomunikasi dan bertatap langsung, sehingga lebih banyak menggunakan smartphone yang dapat memicu munculnya kecenderungan nomophobia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan sosial dengan kecenderungan nomophobia pada mahasiswa perantau di Kota Makassar. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa perantau berkuliah di Kota Makassar yang berusia 18 hingga 25 tahun. Teknik sampel yang digunakan adalah accidental sampling. Kecenderungan nomophobia diukur menggunakan skala Nomophobia Questionnaire (NMP-Q), kecemasan sosial diukur menggunakan Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A). Uji hipotesis menggunakan analisis korelasi Rank Spearman. Hasil analisis yang diperoleh adalah $p = 0,003 < 0,005$ atau terdapat hubungan antara kecemasan sosial dengan kecenderungan nomophobia pada mahasiswa perantau di kota makassar. Koefisien korelasi variabel kecemasan sosial dengan kecenderungan nomophobia sebesar 0,228 atau tergolong lemah. Implikasi penelitian menjadi catatan bagi mahasiswa perantau pada penggunaan smartphone untuk mengurangi munculnya kecenderungan nomophobia. Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antar kecemasan sosial dengan kecenderungan

nomophobia pada mahasiswa perantau di Kota Makassar. Kecemasan sosial yang dimiliki subjek dalam penelitian ini tergolong sedang, sedangkan kecenderungan nomophobia yang dimiliki subjek dalam penelitian ini tergolong tinggi.

Kata kunci : Kecemasan Sosial, Kecenderungan *Nomophobia*, Mahasiswa Perantau

Pendahuluan

Indonesia memiliki jumlah pengguna *smartphone* terbesar keempat di dunia. Hasil survei Badan pusat statistik (BPS) pada tahun 2020, terdapat 170,4 juta pengguna *smartphone* di Indonesia atau sebesar 62.84%. BPS menyatakan sebesar 69,13% pengguna *smartphone* di Sulawesi Selatan dan menjadi salah satu Provinsi dengan pengguna *smartphone* terbanyak di Indonesia setelah Jawa dan Sumatera. Kota Makassar menjadi kota dengan jumlah penduduk terbanyak di Sulawesi Selatan dengan jumlah 1.436,626 penduduk (Jiwa). Kota Makassar menjadi kota kedua setelah Jakarta dengan pengguna internet terbanyak, dengan persentase sekitar 44% atau 3,4 juta pengguna aktif internet. Berdasarkan pengguna internet tersebut menunjukkan kota Makassar mendominasi sebagai wilayah dengan jumlah pengguna *smartphone* terbanyak di Sulawesi Selatan. Jumlah pengguna *smartphone* di prediksi semakin meningkat pada tahun 2023 secara global (Badan Pusat Statistik, 2022).

Timbowo (2016) menjelaskan bahwa mahasiswa perantau menjadi kelompok masyarakat terbanyak yang menggunakan *smartphone* dalam aktivitas sehari-harinya, dan jadi salah satu alat yang wajib dipakai mahasiswa perantau saat ini. Hampir semua mahasiswa perantau menggunakan *smartphone* sebagai sumber hiburan, komunikasi dan kegiatan belajar. Lestari dan Yarmi (2017) mengemukakan bahwa mahasiswa menggunakan *smartphone* sebagai sarana untuk bersosialisasi,

mencari informasi, keperluan perkuliahan dan berinteraksi dengan media sosial.

Mahasiswa rantau akan mengalami berbagai macam keresahan saat merantau. Marta (2014) mengemukakan bahwa mahasiswa rantau biasanya akan merasakan pengalaman-pengalaman ketika sedang berada di perantauan seperti merasa sedih akibat *homesick*, sulit untuk menyesuaikan lingkungan pertemanan, memiliki sedikit waktu untuk bertemu keluarga dan lainnya. Mahasiswa perantau juga sering merasa sulit dalam membentuk hubungan baru karena belum mampu untuk beradaptasi dengan lingkungan budaya sekitar (Aksan & Sadewo, 2016). Pengalihan yang dilakukan oleh mahasiswa rantau biasanya dengan cara berinteraksi dan menghubungi kerabat maupun orang lain melalui *smartphone*. Kenyamanan yang terus-menerus diberikan *smartphone* memunculkan kebiasaan berlebih dalam menggunakan *smartphone*. Mahasiswa perantau rata-rata menggunakan *smartphone* 12 jam perhari (Susilawati Irfham dkk, 2022). Selain itu, mahasiswa perantau mengecek *smartphone* sebanyak 50 kali sehari dengan Frekuensi 10 menit (Bisrie, 2022). Tagunu dan Diantiana (2020) menjelaskan bahwa mahasiswa perantau menunjukkan perilaku kecanduan *smartphone* karena penggunaan yang berlebihan, sering menggunakan *smartphone* sebagai pelampiasan untuk melarikan diri dari masalah, konsentrasi menurun, dan tidak tenang saat jauh dari *smartphone*.

Individu memiliki masalah pemakaian *smartphone* berlebih dapat menimbulkan ketakutan tidak dapat

menggunakan *smartphone*. Perilaku ini dikenal sebagai kecenderungan *nomophobia*. *Nomophobia (No Mobile Phone Phobia)* (Yildirim & Correia, 2015) merupakan ketakutan yang berlebihan karena tidak bisa menggunakan *smartphone* yang disebabkan oleh interaksi manusia dengan teknologi informasi dan komunikasi.

Yildirim dan Correia (2015) menyebutkan bahwa individu yang menderita kecenderungan *nomophobia* akan mengalami ketakutan dan kecemasan. Seseorang yang mengalami kecenderungan *nomophobia* akan memunculkan perilaku-perilaku seperti kecemasan yang berlebihan, stres, gelisah, khawatir dan ketakutan jauh dari *smartphone*. Menurut Aziz (2019) bahwa orang yang memiliki kecenderungan *nomophobia* mengalami kecanduan seperti takut kehabisan baterai, sering memeriksa notifikasi atau pesan masuk di *smartphone*, memperbarui status ataupun melihat informasi terbaru dalam *smartphone*. Menurut Ghofur dan Halimah (2021) bahwa *nomophobia* menimbulkan efek fisik dan efek psikologis. Efek fisik yang ditimbulkan seperti nyeri pada badan, sakit mata, luka pencernaan, dan sulit tidur. Di sisi lain, efek psikologis yang ditimbulkan seperti mudah marah serta panik, sulit berkonsentrasi, merasa kesepian, dan masalah hubungan sosial. Tingkat *nomophobia* yang parah dialami oleh individu dapat menyebabkan depresi, harga diri rendah, ketidakbahagiaan, hubungan sosial menurun, kecemasan, agresif, isolasi sosial dan gangguan tidur (Molu, dkk 2023).

Fenomena kecenderungan *nomophobia* lebih sering ditemukan pada individu usia 18 hingga 25 tahun atau yang berstatus mahasiswa. Pada masa usia tersebut terjadi transisi dari remaja

akhir ke dewasa awal atau dikenal sebagai *emerging adulthood*, yang ditandai dengan ketidakstabilan dalam hubungan interpersonal, menghadapi kebutuhan hidup, dan perkembangan hidup (Arnett, 2000). Oleh sebab itu, ketika mengalami kesulitan dalam perkembangannya, maka penggunaan *smartphone* lebih menarik dalam hal mengatasi masalah. Menurut *Royal Society for Public Health* (2019) bahwa, Individu berusia 18 hingga 25 tahun lebih cenderung menderita *nomophobia* karena kurangnya pekerjaan, hobi, dan rutinitas lain pada usia tersebut serta meningkatnya jumlah waktu penggunaan *smartphone*.

Kenny dkk, (2023) melakukan penelitian terhadap 100 mahasiswa di Fakultas Ekonomi Universitas Prima Indonesia. peneliti menemukan bahwa sebesar 64% mahasiswa memiliki kecenderungan *nomophobia* sedang dan sebesar 36% mahasiswa kecenderungan *nomophobia* berat. Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti, diketahui bahwa mahasiswa lebih sering menggunakan *smartphone* daripada bersosialisasi dengan orang lain. Hal ini mengakibatkan mahasiswa cenderung mengalami *nomophobia*.

Vagka dkk, (2023) dalam penelitian yang dilakukan pada 1.060 mahasiswa Universitas Yunani yang berusia 18 hingga 25 tahun, menemukan bahwa sebesar 59,6% mahasiswa menunjukkan kecenderungan *nomophobia* tingkat sedang, dan sebesar 18,7% mahasiswa menunjukkan kecenderungan *nomophobia* tingkat berat. Selain komunikasi dengan keluarga dan teman, alasan mahasiswa menggunakan *smartphone* dengan persentase lebih tinggi yaitu untuk akses media sosial, pelajaran, berfoto dan mendapatkan informasi. selain itu, mahasiswa dengan *nomophobia* berat

menggunakan *smartphone* dalam semua aktivitas sehari-hari yang jauh lebih tinggi. Seperti menggunakan *smartphone* selama makan, saat pembelajaran berlangsung, mengemudi, saat bersama teman, di angkutan umum dan saat sendirian. Berdasarkan data awal yang didapatkan melalui penyebaran *google form*, ditemukan 48 mahasiswa perantau di kota Makassar yang telah mengisi survei. Hasil survei menunjukkan bahwa sebesar 77,1% mahasiswa menghabiskan waktunya menggunakan *smartphone*. Sebesar 43,8% mahasiswa sering memeriksa *smartphone* untuk mengetahui pesan atau panggilan masuk. Sebesar 50% mahasiswa yang sering meletakkan *smartphone* di kasur saat ingin tidur. Sebesar 64,6% mahasiswa cemas dan gugup saat *smartphone* tidak ada di dekatnya. Kemudian beberapa mahasiswa menyatakan jika mereka lupa membawa *smartphone* keluar rumah maka akan merasa cemas, panik dan tidak tenang. Peneliti juga melakukan wawancara di beberapa mahasiswa perantau. Diketahui bahwa mahasiswa mengakses *smartphone* sekitar 15 jam per harinya, selalu menatap atau bermain *smartphone* ketika makan, membawa *smartphone* ke kamar mandi dan ketika bangun tidur langsung mengecek *smartphone*. Berdasarkan data awal didapatkan bahwa penyebab yang paling banyak dialami mahasiswa tidak bisa lepas dari *smartphone* dikarenakan sulit bersosialisasi dengan persentase 37,8% dan kesepian 35,4%. Kemudian pada data awal ditemukan bahwa permasalahan terbesar yang dialami mahasiswa perantau adalah kecemasan bersosialisasi, homesicks, dan finansial.

Kecemasan sosial pada diri seseorang sangat mudah terjadi. Setiap orang memiliki kecenderungan untuk mengalami masalah kecemasan, akan

tetapi tingkat kecemasan sosial seseorang berbeda-beda. Kecemasan sosial Azka dkk., (2018) merupakan ketakutan dan kekhawatiran yang dirasakan ketika manusia ada pada kondisi sosial. Seseorang menderita kecemasan sosial dapat mengembangkan perasaan negatif serta memprediksikan hal negatif ketika berkomunikasi serta berinteraksi dengan orang lain.

Mahasiswa dengan kecemasan sosial cenderung menggunakan *smartphone* yang terhubung ke internet sebagai sarana untuk berkomunikasi dan bersosialisasi, sehingga tindakan ini dapat mempengaruhi mahasiswa untuk mengalami kecenderungan *nomophobia*. Menurut penelitian Baby dan Mukesh (2023) bahwa mahasiswa dengan kecemasan sosial lebih cenderung mengalami *nomophobia* karena mereka memilih untuk menggunakan *smartphone* dalam situasi sosial. Ayar dkk., (2018) juga mengemukakan bahwa mahasiswa dengan gangguan kecemasan sosial lebih cenderung menggunakan *smartphone* untuk berkomunikasi hal ini dilakukan untuk mengurangi tingkat kecemasannya.

Penelitian yang dilakukan Khan, dkk (2021) menunjukkan terdapat hubungan antara kecemasan sosial dan kecenderungan *nomophobia* dikarenakan mahasiswa menggunakan *smartphone* dalam kegiatannya sehari-hari untuk berinteraksi. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Ghassani (2021) menunjukkan tidak ada hubungan antara kecemasan sosial dengan kecenderungan *nomophobia*. Hal ini dikarenakan adanya faktor lain yang mempengaruhi kecenderungan *nomophobia* seperti FoMo, Kesepian, ekstraversi, lamanya kepemilikan telepon pintar, lamanya penggunaan telepon pintar dan jenis kelamin.

Berdasarkan kedua penelitian tersebut terlihat bahwa hasil penelitian mengenai hubungan kecemasan sosial dengan kecenderungan *nomophobia* memberi hasil tidak sama. Sehingga perlu adanya penelitian lanjutan agar memperjelas ikatan sebab akibat antara kecemasan sosial dan *nomophobia*.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kecemasan sosial dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa perantau di Kota Makassar sehingga desain penelitian yang digunakan adalah korelasional untuk melihat hubungan antar variabel. Variabel bebas pada penelitian ini yaitu kecemasan sosial, sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini yaitu kecenderungan *nomophobia*.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang merantau di Kota Makassar. Karakteristik subjek dalam penelitian ini adalah (1) Mahasiswa perantau yang berasal dari luar kota Makassar (Batas Zona Makassar yaitu Arah Utara: Maros dan Pangkep, Arah Timur: Maros dan Gowa, Arah Selatan: Maros dan Takalar, Arah Barat: Selat Makassar. (2) Berusia 18 – 25 Tahun.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu teknik *accidental sampling*. Winarsunu (2009) mengemukakan bahwa *accidental sampling* merupakan teknik pengambilan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat dijadikan sampel jika dianggap cocok dengan sumber data. Berdasarkan rumus Wibisono dengan tingkat kesalahan 5% (Ridwan & Akdon, 2013). Pada penelitian ini, peneliti mendapatkan 158 responden melalui

pengambilan data secara daring (*Online*) dan luring (penyebaran secara langsung).

Teknik pengumpulan data penelitian ini dikumpulkan menggunakan skala psikologi. Penelitian ini menggunakan skala *Likert*. Skala kecemasan sosial yang digunakan adalah *Social Anxiety Scale for Adolescenst (SAS-A)* yang diadaptasi dari Cholifatin (2020) berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Olivares dkk (2005). Skala Kecenderungan *nomophobia* yang digunakan adalah *Nomophobia Questionare (NMP-Q)* yang diadaptasi dari Maryani (2021) berdasarkan aspek-aspek kecenderungan *nomophobia* yang dikemukakan oleh Yildirim dan Correia (2015). Nilai Reliabilitas skala kecenderungan *nomophobia* yaitu 0,964 dan skala kecemasan sosial yaitu 0,963.

Teknik analisis pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dan uji hipotesis. Hipotesis dalam penelitian ini diuji menggunakan teknik *Rank Spearman*.

Hasil

Subjek dalam penelitian ini sebanyak 158 subjek dengan kriteria mahasiswa perantau yang berkuliah di Kota Makassar dan berusia 18-25 Tahun. Adapun gambaran mengenai karakteristik subjek dalam penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi jenis kelamin subjek penelitian

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Perempuan	115	72,8%
Laki-Laki	43	27,2%
Total	158	100%

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini di dominasi oleh mahasiswa

perantau berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 115 subjek.

Tabel 2. Deskripsi usia subjek penelitian

Usia	Jumlah	Persentase
18 Tahun	12	7,6%
19 Tahun	23	14,6%
20 Tahun	48	30,4%
21 Tahun	31	19,6%
22 Tahun	28	17,7%
23 Tahun	10	6,3%
24 Tahun	2	1,3%
25 Tahun	4	2,5%
Total	158	100%

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan usia subjek penelitian dengan rentang usia 18 hingga 25 tahun. Subjek dalam penelitian ini di dominasi oleh subjek berusia 20 tahun dengan jumlah 48 subjek.

Tabel 3. Deskripsi asal daerah subjek penelitian

Kategori	Jumlah	Persen
Sulawesi Selatan		
1. Toraja	10	6,3%
2. Bone	8	5,1%
3. Bulukmba	7	4,4%
4. Enrekang	9	5,7%
5. Jenepono	1	0,6%
6. Palopo	3	1,9%
7. Pinrang	7	4,4%
8. Selayar	11	7%
9. Sidrap	5	3,2%
10. Sinjai	2	1,3%
11. Soppeng	4	2,5%
12. Wajo	2	1,3%
Sulawesi Barat		
1. Majene	4	1,9%
2. Mamasa	5	3,2%
3. Mamuju	7	4,4%
4. Pasangkayu	1	0,6%
5. Polewali	15	9,5%
Sulawesi Tenggara		
1. Buton	1	0,6%

2. Kendari	7	4,4%
3. Kolaka utara	1	0,6%
4. Wakatobi	1	0,6%

Sulawesi Tengah

1. Luwu Timur	5	3,2%
2. Luwuk Banggai	2	1,3%
3. Morowali	1	0,6%
4. Palu	7	4,4%
5. Parigi	1	0,6%
6. Poso	2	1,3%

Diluar Pulau Sulawesi

1. Kalimantan Utara	2	1,3%
2. Kalimantan Timur	7	4,4%
3. Maluku tengah	1	0,6%
4. Jawa Timur	1	0,6%
5. Lamongan	1	0,6%
6. Dompu	1	0,6%
7. Papua	7	4,4%
8. Medan	1	0,6%
9. NTT	3	1,9%
10. Surabaya	1	0,6%
11. Tangerang	1	0,6%
12. Tarakan	2	1,3%
13. Ternate	1	0,6%
Total	158	100%

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini di dominasi oleh mahasiswa perantau yang berasal dari Kabupaten Polewali Mandar dengan jumlah 15 subjek (9,5%).

Hasil skor yang diperoleh dari skala perilaku impulsif dan kecenderungan nomophobia maka peneliti melakukan analisis kategorisasi. Adapun hasil kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 4. Kategorisasi kecenderungan *nomophobia*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Tinggi	100<	114	71,15%
Sedang	60 - 100	44	27,85%
Rendah	< 60	0	0,00%
Total		158	100 %

Data pada tabel di atas menunjukkan hasil bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat kecenderungan *nomophobia* yang tinggi dengan persentase 72,15% atau sebanyak 114 subjek

Tabel 5. Kategorisasi kecemasan sosial

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Tinggi	77 <	67	42,41%
Sedang	49 - 77	76	48,10%
Rendah	< 49	15	9,49%
Total		164	100 %

Data pada tabel di atas menunjukkan hasil bahwa subjek dalam penelitian ini memiliki tingkat kecemasan sosial kategori sedang dengan persentase 48,10% atau sebanyak 76 subjek.

Tabel 6. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	r	p	Keterangan
Kecemasan Sosial dan kecenderungan <i>Nomophobia</i>	0,247	0,002	Signifikan

Berdasarkan dari tabel di atas menunjukkan bahwa nilai signifikan yang diperoleh adalah $p = 0,002$. Kaidah yang digunakan adalah jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 atau $p < 0,05$ maka hipotesis alternatif (H_a) diterima dan Hipotesis nol (H_0) ditolak. Berdasarkan hasil yang didapatkan diketahui bahwa terdapat hubungan antara kecemasan sosial dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa perantau di Kota Makassar. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh dalam penelitian ini

adalah $r = 0,247$, hal ini menunjukkan bahwa korelasi kedua variabel tergolong lemah atau rendah.

Tabel 7. Hasil uji korelasi antar aspek

	KC	KC1	KC2	KC3
NP	0,247*			
NP1	0,164	0,168	0,166	0,151
NP2	0,208	0,204	0,198	0,191
NP3	0,215	0,210	0,203	0,202
NP4	0,257*	0,256*	0,233*	0,231*

Keterangan:

*= Memiliki nilai signifikan $p < 0,05$

KC = Kecemasan Sosial

KC1 = Kecemasan Sosial (Aspek Kognitif)

KC2 = Kecemasan Sosial (Aspek Afektif)

KC3 = Kecemasan Sosial (Aspek Behavioral)

KNP = Kecenderungan *Nomophobia*

KNP1= Kecenderungan *Nomophobia* (Aspek Tidak dapat berkomunikasi)

KNP2= Kecenderungan *Nomophobia* (Aspek Kehilangan Koneksi)

KNP3= Kecenderungan *Nomophobia* (Aspek Tidak dapat mengakses informasi)

KNP4 = Kecenderungan *Nomophobia* (Aspek Menyerah pada kenyamanan)

Berdasarkan hasil uji korelasi antar aspek dari kecemasan sosial dan kecenderungan *nomophobia* menunjukkan bahwa **aspek kognitif (KC1)** memiliki hubungan signifikan dengan Aspek menyerah pada kenyamanan (KNP4) dengan nilai $r = 0,256^*$. **Aspek Afektif (KC2)** memiliki hubungan signifikan dengan aspek menyerah pada kenyamanan (KNP4) dengan nilai $r = 0,233^*$. **Aspek behavioral (KC3)** memiliki hubungan signifikan dengan aspek menyerah pada kenyamanan (KNP4) dengan nilai $r = 0,231^*$. Hasil di atas menunjukkan bahwa ketika aspek dari kecemasan sosial hanya memiliki hubungan signifikan dengan aspek menyerah pada kenyamanan dari variabel kecenderungan *nomophobia*.

Penelitian ini menggunakan uji tambahan untuk mengetahui perbedaan kecenderungan *nomophobia* dan kecemasan sosial berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa perantau di Kota Makassar. Uji tambahan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis non parametrik Mann Whitney.

Tabel 8. Uji perbedaan Kecenderungan *Nomophobia* berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Mean Rank	N	P
Perempuan	79,71	115	0,924
Laki-Laki	78,93	43	

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kecenderungan *nomophobia* mahasiswa perantau di Kota Makassar ($p = 0,924 > 0,05$), sehingga hipotesis uji tambahan di tolak. Hasil nilai *Mean Rank* perempuan sebesar 79,71 yang menunjukkan bahwa tingkat kecenderungan *nomophobia* pada perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Tabel 9. Uji perbedaan kecemasan sosial berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Mean Rank	N	p
Perempuan	80,93	115	0,520
Laki-Laki	75,67	43	

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kecemasan sosial mahasiswa perantau di Kota Makassar ($p = 0,520 > 0,05$), sehingga hipotesis uji tambahan di tolak. Hasil nilai *Mean Rank* perempuan sebesar 80,93 yang menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sosial pada perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan sosial dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa perantau di Kota Makassar. Hasil Pengujian hipotesis menggunakan uji *Spearman rank* menunjukkan tingkat signifikansi sebesar 0,003 ($p < 0,05$). Sehingga hipotesis alternatif (H_a) yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Selain itu, nilai koefisien korelasi yang diperoleh sebesar 0,228. Nilai koefisien korelasi ini menunjukkan nilai positif yang berarti kecemasan sosial dengan kecenderungan *nomophobia* berkorelasi positif meskipun masuk dalam kategori hubungan lemah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Apak dan Yaman (2019) yang menunjukkan bahwa kecemasan sosial berhubungan secara positif terhadap kecenderungan *nomophobia*. Hal ini dikarenakan keadaan mahasiswa perantau yang harus jauh dari keluarga mengakibatkan para mahasiswa menggunakan *smartphone* untuk menjalin hubungan sosial. Para mahasiswa perantau mengungkapkan bahwa dengan menggunakan *smartphone* untuk bersosialisasi menimbulkan rasa nyaman dan aman serta menurunkan kecemasan saat berinteraksi. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Khan, dkk (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecemasan sosial dengan kecenderungan *nomophobia*. Hasil menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan sosial maka kecenderungan *nomophobia* semakin meningkat.

Berdasarkan Hasil kategorisasi data kecenderungan *nomophobia* menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa perantau memiliki tingkat

kecenderungan *nomophobia* pada kategori yang tinggi (65%). Yildirim dan Correia (2015) mengemukakan bahwa kecenderungan *nomophobia* ditandai oleh perasaan takut tidak dapat menggunakan *smartphone* atau layanan yang diberikan. Perasaan ini meliputi ketakutan tidak bisa berkomunikasi, kehilangan koneksi, tidak dapat akses informasi, serta kehilangan kenyamanan yang diberikan oleh *smartphone*. Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa perantau di Kota Makassar memiliki tingkat kecenderungan *nomophobia* yang tinggi.

Kecenderungan *nomophobia* yang tinggi dapat ditandai dengan penggunaan *smartphone* secara terus-menerus selama 24 jam, bahkan saat hendak tidur, serta tidak pernah mematikan perangkat tersebut. Individu akan memeriksa smartphonenya dengan intensitas kurang lebih 5 menit sekali. Selain itu perilaku ini juga terlihat dari penggunaan *smartphone* pada situasi yang tidak pantas seperti saat makan, mandi dan bahkan saat sedang berkendara. Individu yang mengalami tingkat kecenderungan *nomophobia* yang tinggi akan cenderung mudah cemas, seringkali marah dan gelisah. Oleh karena itu, menggunakan *smartphone* menjadi tempat yang memberikan rasa nyaman bagi orang tersebut, sehingga menyebabkan orang tersebut enggan untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan hasil kategorisasi data kecemasan sosial menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa perantau dalam penelitian ini memiliki tingkat kecemasan sosial pada kategori yang sedang (42%). Olivares, dkk (2005) mengemukakan bahwa Seseorang yang mengalami kecemasan sosial cenderung menghindari situasi sosial karena mereka

merasa takut dan cemas akan penilaian negatif dari orang lain. Ketakutan ini disertai dengan perasaan malu dan ketakutan bahwa hal-hal buruk akan terjadi. Semua orang memiliki kecenderungan untuk mengalami kecemasan sosial, tetapi tingkat kecemasannya bisa beragam. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa perantau berada pada tingkat kecemasan sosial sedang.

Mahasiswa yang mengalami kecemasan sosial dengan tingkat sedang kadang-kadang merasa takut dan khawatir bertemu orang lain, kadang-kadang gugup dan merasa malu bertemu orang baru, kadang ragu meminta bantuan dan mengajak orang baru, dan terkadang khawatir mengerjakan sesuatu (Mahmudah, dkk 2021).

Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa korelasi dua variabel dari kecemasan sosial dan kecenderungan *nomophobia* memiliki hubungan lemah atau rendah. Hal ini dikarenakan berdasarkan hasil uji korelasi antar aspek menunjukkan bahwa, kecemasan sosial memiliki hubungan dengan satu aspek dari kecenderungan *nomophobia* yaitu aspek menyerah pada kenyamanan (*giving up convenience*). Hasil uji tersebut juga menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini yang mengalami kecemasan sosial akan menggunakan *smartphone* sebagai pengalihan untuk menjalin hubungan sosial. Kondisi ini dilakukan karena subjek merasa lebih aman dan nyaman karena dapat mengurangi perasaan cemas yang dialami. Perasaan nyaman yang diberikan oleh *smartphone* menyebabkan mahasiswa enggan untuk berlama-lama meninggalkan *smartphone*, sehingga kondisi tersebut memicu munculnya kecenderungan *nomophobia*.

Hasil uji tambahan perbedaan tingkat kecenderungan *nomophobia* antara perempuan dan laki-laki menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,924 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara perilaku kecenderungan *nomophobia* yang dimiliki perempuan dan laki-laki.. sejalan dengan penelitian Syahputra dan Erwinda (2020) menemukan bahwa tidak ada perbedaan secara signifikan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa laki-laki dan mahasiswa perempuan. hal ini dikarenakan baik mahasiswa laki-laki maupun mahasiswa perempuan memiliki akses internet dan media sosial yang tinggi sehingga kondisi tersebut sama-sama meningkatkan individu memiliki kecenderungan *nomophobia*.

Kesimpulan

Hasil uji hipotesis penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antar kecemasan sosial dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa perantau di Kota Makassar. Kecemasan sosial yang dimiliki subjek dalam penelitian ini tergolong sedang, sedangkan kecenderungan *nomophobia* yang dimiliki subjek dalam penelitian ini tergolong tinggi. Kekuatan hubungan antar variabel kecemasan sosial dengan kecenderungan *nomophobia* adalah hubungan lemah atau rendah.

Implikasi

Implikasi dari penelitian ini adalah agar mahasiswa perantau dapat meningkatkan kemampuan berinteraksi sosial seperti mengikuti organisasi kampus agar tidak mengandalkan *smartphone* sebagai pengalih perhatian saat dalam situasi sosial. Selain itu, mahasiswa yang memiliki kecenderungan *nomophobia* dengan tingkat yang tinggi

disarankan untuk meningkatkan aktifitas positif seperti belajar kelompok, berolahraga, dan meningkatkan sesuai bakat dan minatnya dengan tujuan mengurangi tingkat kecenderungan *nomophobia* yang dialami.

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan penelitian serupa dapat memberikan intervensi pada mahasiswa perantau yang mengalami kecemasan sosial seperti memberikan pelatihan keterampilan sosial, teknik relaksasi atau peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan psikoedukasi konvensional sehingga mengetahui bentuk edukasi yang lebih efektif terkait permasalahan kecemasan sosial.

Referensi

- Aksan, S. P. H., & Sadewo, F. S. (2016). Pembentukan Habitus Baru Mahasiswa Perantauan Sumbawa di Surabaya (Studi Tentang Bentuk Adaptasi dan Bentuk Habitus Baru Mahasiswa Sumbawa di Surabaya). *Paradigma*, 04(01), 1–8.
- Apak, E., & Yaman, Ö. M. (2019). Üniversite Öğrencilerinde Nomofobi Yaygınlığı ve Nomofobi ile Sosyal Fobi Arasındaki İlişki: Bingöl Üniversitesi Örnekleme. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(3), 611–629. <https://doi.org/10.15805/addicta.2019.6.3.0078>
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Ayar, D., Özalp Gerçekler, G., Özdemir, E. Z., & Bektaş, M. (2018). The Effect of Problematic Internet Use, Social Appearance Anxiety, and Social

- Media Use on Nursing Students' Nomophobia Levels. *CIN - Computers Informatics Nursing*, 36(12), 589–595. <https://doi.org/10.1097/CIN.0000000000000458>
- Aziz, A. (2019). No Mobile Phone Phobia dikalangan Mahasiswa Pascasarjana. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 6(1), 1–10. <https://doi.org/10.24042/kons.v6i1.3864>
- Azka, F., Firdaus, D. F., & Kurniadewi, E. (2018). Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa. *Psymphic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 201–210. <https://doi.org/10.15575/psy.v5i2.3315>
- Baby, D., & Mukesh, V. (2023). Nomophobia, Social Interaction Anxiety, and Anhedonia among College Students. *The International Journal of Indian Psychology*, 11(2), 298–305. <https://doi.org/10.25215/1102.030>
- Bisrie, H. S. (2022). *Nomophobia pada mahasiswa di era new normal*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Ghassani, K. Q. (2021). *Hubungan antara kecemasan sosial dengan kecenderungan nomophobia pada mahasiswa skripsi*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Ghofur, M. A., & Halimah, S. N. (2021). Nomophobia dan Pengaruhnya Terhadap Motivasi Belajar Anak (Studi Kasus). *El Banar: Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, 4(2), 59–70. <http://ojs.staibanisaleh.ac.id/index.php/ElBanar/article/view/63>
- Gunay Molu, N., İcel, S., & Aydoğan, A. (2023). Relationship Between Nomophobia Levels and Personality Traits of Nursing Students: A Multicenter Study. *Modern Care Journal*, 20(3), 1–9. <https://doi.org/10.5812/modernc-132269>
- Kenny, Katili, M., Leslie, M., & Wijaya, P. (2023). Hubungan Kesepian dan Nomophobia pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Prima Indonesia Medan. *Journal on Education*, 05(03), 7795–7807.
- Khan, S., Atta, M., Malik, N. I., & Makhdoom, I. F. (2021). Prevalence and Relationship of Smartphone Addiction, Nomophobia, and Social Anxiety among College and University Late Adolescents. *Ilkogretim Online*, 20(5), 3588–3595. <https://doi.org/10.17051/ilkonline.2021.05.394>
- Lestari, I., & Yarmi, G. (2017). Pemanfaatan Handphone di Kalangan Mahasiswa. *PERSPEKTIF Ilmu Pendidikan*, 31(1), 55–59.
- Mahmudah, F., Erawati, D., & Mz, I. (2021). Hubungan Kepribadian Introver dengan Kecemasan Sosial pada Mahasiswa IAIN Palangka Raya. *Al-Isyraq: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan Dan Konseling Islam*, 4(2), 145–162.
- Marta, S. (2014). Konstruksi Makna Budaya Merantau Di Kalangan Mahasiswa Perantau. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 2(1), 27–43. <https://doi.org/10.24198/jkk.vol2n1.3>
- Olivares, J., Ruiz, J., Hidalgo, M. D., Gracia-Lopez, L. J., Rosa, A. I., & Piqueras, J. A. (2005). Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A): Psychometric properties in a Spanish-speaking population. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 5(1), 85–97.
- Susilawati Irham, S., Fakhri, N., & Ridfah, A. (2022). Hubungan Antara

- Kesepian Dan Nomophobia Pada Mahasiswa Perantau Universitas Negeri Makassar. *Jurnal Cendekia Ilmiah*, 1(4), 318–332.
- Syahputra, Y., & Erwinda, L. (2020). Perbedaan Nomophobia mahasiswa; analisis Rasch. *JPPi (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 6(2), 69–76. <https://doi.org/10.29210/02020616>
- Tagunu, A. T. N. P. J., & Diantiana, F. P. (2020). Hubungan Loneliness dengan Adiksi Smartphone pada Mahasiswa (Rantau) di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 620–625.
- Timbowo, D. (2016). Manfaat Penggunaan Smartphone Sebagai Media Komunikasi (Studi pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Sam Ratulangi). *E-Journal "Acta Diurna,"* 5(2), 1–13. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/actadiurnakomunikasi/article/view/11719>
- Vagka, E., Gnardellis, C., & Lagiou, A. (2023). Nomophobia and Self-Esteem : A Cross Sectional Study in Greek University Students. *International Journal of Environment Research and Public Health*, 20(2929), 1–11.
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49(1), 130–137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>