

Kecenderungan *nomophobia* pada remaja: Bagaimana peranan konformitas ?

Devi Tri Ananda Khakim^{1*}, Tatik Meiyuntariningsih², Akta Ririn Aristawati³

^{1,2,3} Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Surabaya, Indonesia

E-mail: tatikmeiyun@untag-sby.ac.id

Published:
3 Mei 2023

Abstract

This study aims to determine the relationship between conformity and nomophobia in adolescents. The hypothesis put forward is that there is a positive relationship between conformity and nomophobia in adolescents. This research was conducted using a quantitative method with a sampling technique, namely accidental sampling and obtaining research subjects as many as 101 participants with the criteria of early adolescents aged 13-15 years and owning a smartphone. The results of the hypothesis test used are the Pearson product moment correlation assisted by the Statistical Package for Social Science (SPSS) program version 16.0 for windows with the results of the analysis obtained $p = 0.000$ with the provision of decision making ($p < 0.05$), this shows that there is a significant positive relationship between conformity and the tendency of nomophobia in adolescents. This means that the higher the conformity, the higher the nomophobia tendency, conversely, the lower the conformity, the lower the nomophobia tendency in adolescents.

Keywords: *Conformity, Nomophobia, Adolescents*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konformitas dengan kecenderungan nomophobia pada remaja. Hipotesis yang diajukan adalah adanya hubungan positif antara konformitas dengan kecenderungan nomophobia pada remaja. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel yaitu accidental sampling dan mendapatkan subjek penelitian sebanyak 101 partisipan dengan kriteria remaja awal berusia 13-15 tahun serta memiliki smartphone. Hasil uji hipotesis yang digunakan yaitu korelasi pearson product moment yang dibantu oleh program Statistic Package for Social Science (SPSS) versi 16.0 for windows dengan hasil analisis yang diperoleh nilai $p = 0,000$ dengan ketentuan pengambilan keputusan ($p < 0,05$), hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara konformitas dengan kecenderungan nomophobia pada remaja. Artinya bahwa semakin tinggi konformitas maka semakin tinggi pula kecenderungan nomophobia sebaliknya semakin rendah konformitas maka semakin rendah pula kecenderungan nomophobia pada remaja

Kata kunci: *Konformitas, Nomophobia, Remaja.*

Copyright © 2023. Devi Tri Ananda Khakim, Tatik Meiyuntariningsih, Akta Ririn Aristawati

Pendahuluan

Seiring dengan zaman yang semakin modern serta kemajuan dan perkembangan teknologi yang semakin meningkat maju membuat individu mengharuskan dapat beradaptasi dengan adanya kebiasaan baru serta harus menguasai teknologi agar tidak mengalami ketertinggalan zaman. Perkembangan teknologi yang terus berjalan dengan pesat sehingga seluruh kegiatan dapat dilakukan secara canggih. Salah satu teknologi yang berkembang dengan pesat serta pembaharuannya yaitu telepon genggam (*Smartphone*). Pengguna telepon genggam (*Smartphone*) di Indonesia menduduki posisi keempat dari seluruh dunia setelah Tiongkok, India, Amerika dengan persentase 170,4 juta pengguna *smartphone* atau 61,7% dari total populasi (dilansir databoks, 2021)

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mengungkapkan hasil survey di tahun 2021-2022 adanya peningkatan pengguna internet yang setara dengan penggunaan *Smartphone* di Indonesia sebesar 210,03 juta pengguna dan jumlah tersebut meningkat 6,78% dari tahun sebelumnya yang sebesar 196,7 juta sehingga tingkat penetrasi pengguna internet di Indonesia menjadi sebesar 77,02% serta dari segi usia penggunaan internet paling tinggi di kelompok usia 13-18 tahun yakni 99,16% lalu posisi kedua ditempati oleh kelompok usia 19-34 tahun dengan tingkat penetrasi sebesar 98,64% kemudian di rentang usia 35-54 tahun sebesar 87,30%. Sedangkan, tingkat penetrasi internet rendah di kelompok umur 5-12 tahun dan 55 tahun ke atas masing-masing sebesar 62,43% dan 51,73% (dilansir dari dataindonesia.id, 2022)

Smartphone telah menjadi sebagian hidup setiap individu yang berguna membantu aktivitasnya seperti halnya *Smartphone* yang selalu dibawa oleh setiap individu sebagai alat komunikasi. Selain itu *Smartphone* memiliki bentuk yang praktis dan memiliki fungsi yang beragam serta menawarkan fitur-fitur terbaru dan terbaik seperti berbagai fitur aplikasi yang terdapat pada *Smartphone* dengan berbagai aplikasi seperti Facebook, WhatsApp, Instagram, Twitter, Line, Path dan lain sebagainya yang menjadikan individu memperluas relasi pertemanan lebih banyak dan lebih luas sehingga *Smartphone* menjadi media teknologi yang banyak digemari oleh semua kalangan terutama remaja serta juga dapat diakses dimanapun dan kapanpun untuk mencari informasi. Namun, penggunaan *Smartphone* dapat berdampak negatif seperti individu akan mengalami stress apabila jauh dari jangkauan *Smartphone* dengan ditandai emosi yang kurang stabil, lebih fokus terhadap *smartphonenya* sehingga membuat individu menjadi anti sosial terhadap sekitar juga individu yang ketergantungan *smartphone* akan mengalami gangguan tidur atau insomnia.

Kemudahan dan kenyamanan yang ditawarkan oleh *Smartphone* dapat juga menjadi masalah seperti menggunakan *smartphone* secara berlebihan akan membuat ketergantungan terhadap *smartphone* salah satunya adalah *Nomophobia*. *Nomophobia* merupakan sebagai suatu kecenderungan fobia pada individu yang memiliki perasaan ketakutan, ketidaknyamanan, kegelisahan secara tidak wajar atau berlebihan ketika individu berjauhan atau tidak melakukan kontak dengan mobile phone atau *Smartphone*. Individu yang mengalami perasaan tersebut merupakan gejala kecenderungan *Nomophobia* apabila tidak dapat berkomunikasi dengan orang terdekat, kehilangan konektivitas mengakses *Smartphone* dan tidak dapat mencari informasi serta juga individu akan nyaman apabila telah menggunakan *Smartphonenya* (Yildirim, 2014).

Adapun beberapa kasus bahwa ketergantungan dengan *Smartphone* dapat mengakibatkan gangguan kejiwaan hingga kematian terutama pada masa remaja yang harus diperhatikan dan dikontrol oleh orang tua serta juga dengan remaja menggunakan *Smartphone* yang berlebihan membuat aktivitas dalam kesehariannya berubah dengan

mereka cenderung lebih asyik berkomunikasi dengan *Smartphonenya*. Serta diperkuat dengan hasil observasi dan wawancara oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa beberapa remaja akan berusaha memastikan *Smartphonenya* dapat digunakan dan mengakui ketidaknyamanan apabila jauh dari *Smartphonenya* dikarenakan remaja merasa akan tertinggal informasi yang sedang *Trend* atau kabar terbaru dari aplikasi yang sering dikunjungi. Hal tersebut menjadikan remaja untuk membawa *Smartphone* dimanapun dan kapanpun sehingga remaja mengalami kecenderungan *Nomophobia*. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di warung kopi dan dimanapun banyak remaja berkumpul dengan teman-temannya namun hanya berinteraksi sesekali, remaja lebih berfokus pada *smartphonenya* dan hampir 90% pengunjung warung kopi lebih sibuk dengan *Smartphonenya*, hal tersebut merupakan fenomena remaja yang mengalami kecanduan *Smartphone*.

Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa sebagaimana masa remaja yang ditandai oleh perubahan secara fisik, psikis dan emosional. Maka tak jarang pada masa remaja membutuhkan pengawasan dan pendidikan dari keluarga dan tenaga pendidik untuk menghindari perilaku penyimpangan norma-norma sosial yang ada di masyarakat. Salah satu karakteristik dari perkembangan remaja adalah ketidakstabilan emosinya sehingga masih banyak remaja yang belum mampu mengontrol emosinya dan sering meledakkan emosi di berbagai keadaan dan situasi tertentu sehingga pada masa remaja kurang memiliki kematangan dalam emosi dan memiliki jiwa yang labil. Masa remaja identik dengan masa yang penuh tantangan dan Remaja perlu melakukan penyesuaian terhadap perubahan-perubahan yang mulai timbul di masa ini.

Pencarian identitas atau jati diri merupakan karakteristik perkembangan pada masa remaja menjadikan masa remaja akan mengalami kebingungan-kebingungan yang mengakibatkan remaja mengembangkan sikap konformitas. Konformitas adalah suatu proses perubahan tingkah laku individu yang dipengaruhi oleh adanya kepercayaan dari orang lain atau kelompok teman sebaya (Myers,2012). Dengan berkembangnya *trend* penggunaan *smartphone* di kalangan remaja, memungkinkan remaja menggunakan *smartphone* tersebut agar dapat diterima oleh kelompok teman sebayanya. Dengan adanya kelompok teman sebaya menjadikan remaja mencari jati dirinya dan berusaha untuk mewujudkan jati dirinya serta untuk menjadi bagian khusus dari kelompok tersebut, remaja rela melakukan sesuatu untuk mendapatkan pengakuan dari kelompoknya walaupun bukan sesuatu yang berguna dan apabila remaja ingin bergabung kelompoknya harus melewati tuntutan dan mengikuti peraturan pada kelompok teman sebaya tersebut seperti mengikuti cara penampilan, bahasa dan mendapatkan informasi dalam kelompok serta melihat yang sedang *Trend* yang berguna agar remaja diakui dalam kelompok tersebut untuk tidak dianggap berbeda oleh kelompok temannya

Masa remaja yang membutuhkan dukungan dan koneksi hubungan antara individu dengan individu yang lain tetapi karena kemajuan teknologi yang dilengkapi adanya fitur-fitur dalam *Smartphone* dan aplikasi yang memudahkan remaja untuk interaksi dengan teman sebayanya seperti berkenalan untuk memperluas pertemanan sehingga *Smartphone* merupakan kebutuhan mendasar pada manusia untuk terlihat eksis, diakui dan dihargai. Penggunaan *Smartphone* yang tinggi pada usia remaja membuat aktivitas dalam kesehariannya berubah, hal itu terlihat remaja lebih asyik menggunakan *Smartphone* dan dunia maya daripada lingkungan sekitar atau lingkungan dunia nyata serta menyebabkan remaja ketergantungan pada *Smartphone*. Remaja yang ketergantungan dengan *Smartphone* yang dimilikinya dan dilengkapi dengan fitur atau aplikasi untuk mencari hal-hal baru lain. Selain terobsesi dan semakin intens mereka menggunakan *smartphone* tentu akan membuat remaja

berkecenderungan untuk ketergantungan dengan *smartphone*, ketergantungan terhadap benda digital tersebut membuat remaja akan merasa takut apabila *smartphone* yang mereka miliki tertinggal, mati atau tidak bisa berfungsi secara optimal, hal tersebut membuat remaja terkena gejala *Nomophobia*. Hipotesis dari penelitian ini adalah ada hubungan antara konformitas dengan kecenderungan *nomophobia* pada remaja. Artinya semakin tinggi konformitas maka akan semakin tinggi kecenderungan *nomophobia* dan sebaliknya semakin rendah konformitas maka akan semakin rendah kecenderungan *nomophobia* pada remaja

Metode

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif yang merupakan metode konfirmatif dikarenakan metode tersebut cocok digunakan untuk pembuktian atau konfirmasi serta dalam metode kuantitatif data penelitian berupa angka dengan dianalisis menggunakan statistik. Jenis metode penelitian ini adalah kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengukur dua variabel atau lebih. Pada penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas (X) yaitu Konformitas yang mempengaruhi munculnya variabel terikat dan variabel terikat (Y) dalam penelitian yaitu *Nomophobia* sebagai variabel yang dipengaruhi. Sesuai dengan tujuan penelitian dan hipotesis yang telah ditentukan yaitu ingin mengetahui apakah ada hubungan antara Konformitas dengan kecenderungan *Nomophobia* pada remaja

Partisipan Penelitian

Partisipan atau subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja sebanyak 101 remaja. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* yang merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel. Namun peneliti menetapkan kriteria-kriteria tertentu yang harus dipenuhi untuk menjadi subjek penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini. Kriteria dalam penelitian ini ialah (1) Perempuan atau laki-laki, (2) Berusia 13-15 tahun, (3) Memiliki *Smartphone*, (4) Domisili Desa Tropodo, Kecamatan Waru, Sidoarjo

Instrumen

Metode dalam pengumpulan data dalam penelitian ini yakni dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari beberapa pernyataan yang mengacu pada teori yang digunakan dalam pembuatan pernyataan. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori Konformitas dan *Nomophobia*. Penelitian ini menggunakan skala *likert* yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau kelompok tentang fenomena sosial yang telah ditetapkan oleh peneliti secara spesifik atau biasa disebut sebagai variabel penelitian dengan memberikan empat alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Kemudian dilakukan pengumpulan data dengan melakukan uji alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas dan reliabilitas.

Skala Konformitas yang telah disusun berdasarkan teori Myers (2012) yang mengungkapkan 2 aspek yaitu pengaruh sosial normatif (keinginan agar disukai) dan pengaruh informasional (keinginan untuk bertindak benar). Contoh pernyataan yang mewakili instrument skala konformitas yaitu (1) Saya berusaha menjadi bagian kelompok teman dekat, (2) Saya tidak ingin dijauhi oleh kelompok teman saya. Hasil uji validitas atau aitem dikatakan valid dalam skala konformitas sebanyak 39 aitem dan hasil uji reliabilitas mendapatkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,919

Skala *Nomophobia* yang telah disusun berdasarkan teori Yildirim (2014) yang mengungkapkan 4 aspek yaitu (1) Tidak dapat berkomunikasi, (2) Kehilangan konektivitas, (3) Kehilangan konektivitas, (4) Memberi kenyamanan. Contoh pernyataan yang mewakili instrument skala *Nomophobia* yaitu (1) Saya cemas apabila powerbank atau charger tertinggal disaat berpergian, (2) Saya menyimpan *Smartphone* di dekat saya saat tidur. Hasil uji validitas atau aitem dikatakan valid dalam skala *Nomophobia* sebanyak 29 aitem dan hasil uji reliabilitas mendapatkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,902

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan *korelasi product moment* dengan bantuan program *Statistical Package for Social Science (SPSS)* versi 16.0 for Windows. Menurut Sugiyono (2018) kegunaan *korelasi product moment* digunakan menguji hipotesis hubungan antara variabel dependen (Y) dengan independent (X) untuk membuktikan adanya tingkat keeratan dan hubungan antara konformitas dengan kecenderungan *Nomophobia* dinyatakan berkorelasi. Adapun dengan dasar pengambilan keputusan pada uji hipotesis penelitian ini apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka ada korelasi, begitupun sebaliknya jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka tidak ada korelasi.

Hasil

Hasil Uji Prasyarat

Uji asumsi pada penelitian ini meliputi uji normalitas dan linieritas dengan bantuan program *Statistical Package for Social Science (SPSS)* versi 16.0 for Windows.

Tabel 1

Hasil Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov Z	Asymp. Sig. (2-tailed)	Keterangan
0,911	0,378	Data berdistribusi Normal

Sumber: Output SPSS versi 16.0 for Windows

Berdasarkan tabel di atas hasil uji normalitas dengan *Kolmogorov Smirnov* diperoleh nilai Asymp. Sig. (2. Tailed) 0,378 $> 0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa hasil yang diperoleh uji normalitas lebih besar dari taraf signifikansi yang artinya data sampel dari populasi yang diuji dinyatakan berdistribusi normal.

Uji Linieritas

Tabel 2

Hasil Uji Linieritas

Variabel	F	Sig.	Keterangan
<i>Nomophobia</i> * Konformitas	1.574	(Combined)	0.000
		Linearity	0.000
		Deviation from Linearity	0.056

Sumber: Output SPSS versi 16.0 for Windows

Berdasarkan tabel di atas hasil uji linieritas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi (P Value Sig.) pada baris *Deviation from Linearity* sebesar 0,056 maka dapat dikatakan hasil dari

uji linearitas lebih besar dari nilai signifikansi 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa antara variabel Konformitas (X) dan kecenderungan *Nomophobia* (Y) terdapat hubungan yang linear

Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil analisis data melalui teknik analisis *Pearson Product Moment* yang dibantu oleh program *Statistic Package for Social Science (SPSS)* versi 16.0 for Windows didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 3
Hasil Uji Hipotesis

	<i>Nomophobia</i>	Konformitas
<i>Pearson Correlation</i>	1	0,552
Sig. (2-tailed)		0,000
N	101	101
<i>Pearson Correlation</i>	0,552	1
Sig. (2-tailed)	0,000	
N	101	101

Sumber: Output SPSS versi 16.0 for Windows

Berdasarkan tabel diatas bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 maka dapat disimpulkan sesuai dengan ketentuan dasar pengambilan keputusan bahwa 0,000 kurang dari 0,05 sehingga terdapat hubungan antara konformitas dengan kecenderungan *Nomophobia* serta hasil nilai *Pearson Correlation* menunjukkan 0,552 maka termasuk ada hubungan yang signifikan antara konformitas dengan kecenderungan *Nomophobia* kemudian dengan nilai dari *Pearson Correlation* yang bersifat positif maka adanya hubungan yang positif antara konformitas dengan kecenderungan *Nomophobia* pada remaja

Analisis Deskriptif

Penelitian ini menetapkan tiga kategorisasi yaitu rendah, sedang, dan tinggi yang bertujuan untuk pengelompokan responden masuk pada kelompok lima kategorisasi tersebut sehingga untuk mengelompokkan membutuhkan nilai dari Mean, Standart Deviation, skor minimum dan skor maximum.

Tabel 4
Hasil Uji analisis deskriptif

Variabel	N	Mean	Standar Deviation	Nilai Minimum	Nilai maksimum
Konformitas	101	119,74	16,131	86	180
<i>Nomophobia</i>	101	135,71	14,204	114	182

Sumber: Output SPSS versi 16.0 for Windows

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa hasil dari konformitas yaitu Mean sebesar 119,74; Standar Deviation sebesar 16,131; Nilai minimal 86 dan nilai maksimum 180. Sedangkan hasil dari *Nomophobia* yaitu Mean sebesar 135,71; Standar Deviation sebesar 14,204; Nilai Minimal sebesar 114 dan Nilai Maksimum sebesar 182. Hasi dari tabel diatas dapat dilakukan perhitungan berdasarkan rumus yang dikemukakan oleh Azwar (2012) yang menjelaskan tiga rumus kategorisasi tersebut

Tabel 5
Hasil Kategori Skala Konformitas

Pedoman	Kategori	Hasil	Jumlah Responden	Persentase
$X < M - 1SD$	Rendah	$X < 104$	7	6,9%
$M - 1SD < X < M + 1SD$	Sedang	$104 < X < 136$	86	85,1%
$M + 1SD < X$	Tinggi	$136 < X$	8	7,9%
Total			101	100%

Sumber: Output SPSS versi 16.0 for Windows

Berdasarkan tabel diatas memaparkan hasil perhitungan kategorisasi skala konformitas pada remaja. Kategorisasi yang pertama yaitu Rendah dengan berjumlah 7 remaja dengan persentase sebesar 6,9%, kategori sedang berjumlah 86 remaja dengan persentase sebesar 85,1%, kategori Tinggi berjumlah 8 remaja dengan persentase sebesar 7,9%. Maka dapat disimpulkan bahwa remaja yang mengalami konformitas berada di kategori sedang

Tabel 6
Hasil Kategori Skala *Nomophobia*

Pedoman	Kategori	Hasil	Jumlah Responden	Persentase
$X < M - 1SD$	Rendah	$X < 122$	9	8,9%
$M - 1SD < X < M + 1SD$	Sedang	$122 < X < 150$	78	77,2%
$M + 1SD < X$	Tinggi	$150 < X$	14	13,9%
Total			101	100%

Sumber: Output SPSS versi 16.0 for Windows

Berdasarkan tabel diatas memaparkan hasil perhitungan kategorisasi skala *Nomophobia* pada remaja. Kategorisasi yang pertama yaitu kategori Rendah berjumlah 9 remaja dengan persentase sebesar 8,9%, kategori sedang berjumlah 78 remaja dengan persentase sebesar 77,2%, kategori Tinggi berjumlah 14 remaja dengan persentase sebesar 13,9%. Maka dapat disimpulkan bahwa remaja yang mengalami kecenderungan *Nomophobia* berada di kategori Sedang

Pembahasan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui “terdapat hubungan positif antara Konformitas dengan Kecenderungan *Nomophobia* pada Remaja”, hipotesis tersebut dikatakan diterima yang artinya Semakin tinggi Konformitas semakin tinggi pula Kecenderungan *Nomophobia* pada Remaja begitu juga sebaliknya semakin rendah tingkat Konformitas semakin rendah pula kecenderungan *Nomophobia* sehingga penelitian ini

membuktikan bahwa Konformitas dapat mempengaruhi Kecenderungan *Nomophobia* khususnya pada Remaja

Menurut Yildirim (2014) mengemukakan bahwa *Nomophobia* merupakan rasa takut berada di luar kontak ponsel dan dianggap sebagai fobia modern akibat efek samping dari interaksi antara manusia, teknologi informasi dan komunikasi khususnya telepon genggam atau *smartphone*. Demikian pula, definisi *Nomophobia* menurut International Business Times (2013) mengemukakan kondisi individu yang mengalami *Nomophobia* tampaknya merasakan perasaan cemas yang disebabkan oleh tidak tersedianya atau tidak dapat diaksesnya ponsel seperti tidak bisa mendapatkan sinyal dari menara seluler, kehabisan baterai, lupa membawa telepon atau tidak menerima panggilan, SMS atau email notifikasi untuk jangka waktu tertentu. Adapun juga menurut Pavithra, Madhukumar dan Murthy (2015) *nomophobia* adalah rasa takut jika berada jauh dari ponsel yang mengacu pada ketidaknyamanan, kecemasan, kegugupan ataupun kesedihan yang dikarenakan tidak dapat terhubung langsung dengan ponsel

Myers (2012) menjelaskan bahwa konformitas adalah perubahan perilaku atau kepercayaan agar selaras dengan orang lain. Menurut Baron dan Byrne (2005) mengatakan bahwa konformitas remaja adalah penyesuaian perilaku remaja untuk menganut norma kelompok. acuan, menerima ide atau aturan-aturan kelompok yang mengatur cara remaja berperilaku. Lebih lanjut Baron dan Byrne (2005) menjelaskan bahwa konformitas terjadi dimana individu mengubah perilaku dirinya dengan menganut pada norma sosial yang ada, menerima ide-ide atau aturan yang menunjukkan bagaimana individu harus berperilaku.

Terdapat sejumlah penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yang mendapatkan hasil terdapat "Hubungan antara Konformitas dan Kecenderungan *Nomophobia*". Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maretini Wilujeng Dwi Puranti (2017) yang berjudul Hubungan Antara Konformitas dengan Kecenderungan *Nomophobia* pada Remaja yang mendapatkan subjek 100 remaja yang berusia 16-18 Tahun dan menggunakan sampel teknik incidental serta dari penelitian tersebut mendapatkan hasil terdapat hubungan antara Konformitas dan *Nomophobia* Pada Remaja dan hasil penelitian juga dilakukan oleh Chairani Wulandari dan Diana Rusmawati (2019) yang berjudul Hubungan Konformitas dengan Kecanduan *Smartphone* Pada Siswa SMA Negeri 9 Semarang yang mendapatkan populasi sebanyak 1125 siswa dengan mengambil sampel 294 siswa yang terdiri dari laki-laki dan perempuan dengan usia rata – rata 16,5 tahun yang diperoleh menggunakan *cluster random sampling* dan mendapatkan hasil hubungan yang positif antara konformitas dengan kecanduan *Smartphone* pada siswa SMA Negeri 9 Semarang.

Masa remaja yang berada di rentang usia 13-15 tahun yang sesuai dengan kriteria subjek pada penelitian ini, masih dalam tugas perkembangan pencarian jati diri yang merasa bahwa remaja dapat melakukan semua sendiri dan menginginkan kebebasan dalam dirinya sehingga remaja terpengaruh oleh kelompok teman sebaya baik pengaruh terpuji atau buruk. Hal itu merupakan bentuk awal permasalahan pada remaja muncul atau masalah tersebut disebut Konformitas. Remaja yang berkonformitas akan menyesuaikan diri sesuai dengan kelompok teman sebayanya dari segi penampilan, bahasa maupun perilaku dan selalu mengikuti aturan yang ada dalam kelompok teman sebaya tersebut agar tidak dijauhi atau dianggap berbeda oleh kelompoknya.

Teknologi yang semakin begitu pesat sehingga muncul teknologi terbaru dan canggih, seperti halnya *Smartphone* yang memiliki bentuk yang praktis dan mudah dibawa serta dapat diakses dimanapun kapanpun sehingga menjadi teknologi yang digemari oleh semua kalangan terutama kalangan remaja yang hampir semua memiliki benda teknologi canggih

tersebut. *Smartphone* menawarkan kecanggihan dengan adanya fitur-fitur dan aplikasi yang dapat memudahkan pengguna *Smartphone* sehingga kelompok remaja yang ingin mengikuti *Trend* yang sedang naik akan mudah dapat diakses oleh remaja sehingga mengakibatkan remaja berubah menjadi kurang berinteraksi dengan sekitar karena lebih asyik berselancar di *Smartphone* dan menyebabkan remaja ketergantungan pada *Smartphone* atau biasa disebut *Nomophobia* karena setiap harinya remaja akan mengakses *Smartphon*enya untuk melihat berita terkini tentang *Trend* yang terbaru, bermain game online atau berselancar di akun media sosial miliknya.

Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas peneliti menyimpulkan bahwa Konformitas dapat mempengaruhi Kecenderungan *Nomophobia* pada remaja dimana penelitian ini tidak lepas dari *Trend* yang sedang update di *Smartphone* dikalangan remaja dan berkeinginan kuat untuk terlihat sesuai dengan kelompok teman sebayanya serta tidak dianggap beda oleh kelompok teman sebayanya dan diterima dalam kelompok teman sebaya

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang positif antara Konformitas (X) dengan Kecenderungan *Nomophobia* (Y) pada Remaja yang artinya semakin tinggi Konformitas akan semakin tinggi juga kecenderungan *Nomophobia* dan sebaliknya semakin rendah Konformitas maka semakin rendah juga Kecenderungan *Nomophobia* pada Remaja. Maka dengan hal ini dapat dikatakan hipotesis yang diajukan diterima dan menunjukkan bahwa Konformitas dapat mempengaruhi Kecenderungan *Nomophobia* pada remaja.

Adapun saran yang dapat diberikan dari penelitian yang telah dilakukan bagi remaja yaitu Sebaiknya remaja dapat meningkatkan kemampuan memahami dirinya sendiri agar tidak mudah terpengaruh dengan kelompok teman sebayanya dan berinteraksi dengan kelompok teman sebaya yang memberikan dampak positif sehingga remaja dapat menggunakan *Smartphone* dengan hal yang lebih positif dan membuat batasan waktu dalam bermain *Smartphone* agar dapat meminimalisir penggunaan *Smartphone* dengan seperlunya agar terhindar dari sesuatu yang tidak diinginkan salah satunya *Nomophobia* dan saran bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan topik yang serupa, peneliti mengharapkan dapat menambah variabel lain atau mengganti variabel dependen dan peneliti selanjutnya diharapkan memperbanyak jumlah populasi dalam penelitiannya.

Referensi

- Adisty, Naomi (2022, 5 November). *Mengulik Perkembangan Penggunaan Smartphone di Indonesia*. GoodStats <https://goodstats.id/article/mengulik-perkembangan-penggunaan-smartphone-di-indonesia-sT2LA>
- Ainun, I. N. (2018). Perbedaan Konformitas Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Remaja Di Sekolah Madrasah Tsanawiyah Irsyadul Islamiyah Kecamatan Bagan Sinembah. *Psikologi Prima*, 1(2), 110-121.
- Bayu, Dimas (2022, 10 Juni). *APJII: Pengguna Internet Indonesia Tembus 210 Juta pada 2022*. DataIndonesia.id. <https://dataindonesia.id/digital/detail/apjii-pengguna-internet-indonesia-tembus-210-juta-pada-2022>
- Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology research and behavior management*, 7, 155.

-
- Cheever, N. A., Rosen, L. D., Carrier, L. M., & Chavez, A. (2014). Out of sight is not out of mind: The impact of restricting wireless mobile device use on anxiety levels among low, moderate and high users. *Computers in Human Behavior*, 37, 290-297.
- Fadhilah, L., Hayati, E. N., & Bashori, K. (2021). Nomophobia di kalangan remaja. *Jurnal Diversita*, 7(1), 21-29.
- Hafni, N. D. (2019). Nomophobia, Penyakit Masyarakat Modern. *Al-Hikmah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 6(2), 41-50.
- Mahmudan, Ali (2022, 12 Juni). *Warga Indonesia Paling Sering Akses Media Sosial di Internet*. DataIndonesia.id. <https://dataindonesia.id/digital/detail/warga-indonesia-paling-sering-akses-media-sosial-di-internet>
- Makki, Saffir (2019, 17 Oktober). *Dua Remaja Bekasi Alami Gangguan Jiwa Akibat Kecanduan Gim HP*. CNN Indonesia <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20191017105052-20-440267/dua-remaja-bekasi-alami-gangguan-jiwa-akibat-kecanduan-gim-hp>
- Mudrikah, C. (2019). *Hubungan antara sindrom FOMO (fear of missing out) dengan kecenderungan nomophobia pada remaja* (Skripsi, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Mursid, Fauziah & Gita Amanda (2022, 03 September). *Kecanduan Internet Remaja Tinggi, Kemenko PMK Dorong Penggunaan Aplikasi Digital Parenting*. Republika <https://www.republika.co.id/berita/rhl7py423/kecanduan-internet-remaja-tinggi-kemenko-pmk-dorong-penggunaan-aplikasi-digital-parenting>
- Ningrum, R. E. C., Matulesy, A., & Rini, R. A. P. (2019). Hubungan antara konformitas teman sebaya dan regulasi emosi dengan kecenderungan perilaku bullying pada remaja. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 15(1), 124.
- Nugraha, A. C. W., Abdillah, R., & Oktavianingsih, R. (2022). Kesepian dan Kecenderungan Nomophobia pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(21), 584-590.
- Pavithra, M. B., Madhukumar, S., & TS, M. M. (2015). A study on nomophobia-mobile phone dependence, among students of a medical college in Bangalore. *National Journal of community medicine*, 6(03), 340-344.
- Pradana, Whisnu (2021, 21 Maret). *Kasus Anak Kecanduan Gadget di Jabar, Belasan Rawat Jalan-Ada yang Meninggal*. detiknews <https://news.detik.com/berita-jawa-barat/d-5501680/kasus-anak-kecanduan-gadget-di-jabar-belasan-rawat-jalan-ada-yang-meninggal>
- Puranti, Maretini Wilujeng Dwi (2017). Hubungan Antara Konformitas dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja. *Skripsi*
- Pusparisa, Yosepha (2021, 01 Juli). *Daftar Negara Pengguna Smartphone Terbanyak, Indonesia Urutan Berapa?*. databoks <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/07/01/daftar-negara-pengguna-smartphone-terbanyak-indonesia-urutan-berapa> pada 01 Juli 2021
- Puspitasari, A., & Tama, M. M. L. (2021). Konformitas Teman Sebaya dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Tiktok Pada Komunitas Remaja di Seberang Ulu 2 Palembang. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 15(2), 105-112
- Sari, I. P., Ildil, I., & Yendi, F. M. (2020). Konsep Nomophobia pada Remaja Generasi Z. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 5(1), 21-26.
- Setiawati, Yunias (2022, 09 Maret). *Risiko Tinggi Kecanduan Internet pada Remaja Selama Pandemi COVID-19 dan Peran Orang Tua*. Unair News <https://news.unair.ac.id/2022/03/09/risiko-tinggi-kecanduan-internet-pada-remaja-selama-pandemi-covid-19-dan-peran-orangtua/?lang=id>
-

-
- Solehah, R., Hakim, L., & Hartono, R. (2019). Hubungan Antara Konformitas Kelompok Sebaya Dengan Perilaku Merokok Pada Siswa Smk Negeri 1 Sumbawa Besar. *Jurnal Psimawa*, 2(1), 52-57.
- Sugiyono (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung. Penerbit Alfabeta
- Sulistiawan, A., Sari, E. Y. D., & Situmorang, N. Z. (2020). Validity and Reliability of Organizational Commitment using Confirmatory Factor Analysis (CFA) Validitas dan Reliabilitas Komitmen Organisasi Menggunakan Confirmatory Analisis Faktor (CFA). *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 17(2), 132-144.
- Tran, D. (2016). Classifying nomophobia as smart-phone addiction disorder. *UC Merced Undergraduate Research Journal*, 9(1).
- Widana, I. W., & Muliani, N. P. L. (2020). Uji persyaratan analisis. <http://repo.mahadewa.ac.id/id/eprint/1413/1/BUKU%20UJI%20PERSYARATAN%20ANALISIS.pdf>
- Wulandari, Chairani dan Diana Rusmawati (2019). Hubungan Konformitas dengan Kecanduan Smartphone Pada Siswa SMA Negeri 9 Semarang. *Jurnal Empati*. 5(1), 1-10
- Wulandari, R. P., & Haryuni, S. (2020). Hubungan Antara Ketergantungan Smartphone Dengan Nomophobia Dan Interaksi Sosial. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan*, 2(1), 64-7
- Yildirim, C. (2014). *Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research* (Doctoral dissertation, Iowa State University).
- Yuwanto, & L. (2010). *Mobile Phone Addict*. Surabaya: CV. Putra Media Nusantara.