HUBUNGAN ANTARA *SENSATION SEEKING* DENGAN KECENDERUNGAN *NOMOPHOBIA* PADA REMAJA DI KOTA SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Untuk Memenuhi Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1) Psikologi

Dosen Pembimbing :

Prof. Dr. Moh. Sholeh, M.Pd.

NIP. 195912091990021001

Disusun Oleh:

Rizaldy Dwiasmara

J71216128

PRODI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL

SURABAYA

2020

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rizaldy Dwiasmara

NIM : J71216128

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Hubungan Antara *Sensation Seeking* Dengan Kecenderungan *Nomophobia* Pada Remaja di Kota Surabaya" adalah hasil asli dari karya tulis penelitian yang diajukan untuk menyelesaikan tugas akhir perkuliahan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya ataupun pendapat yang pernah ditulis ataupun diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 13 Agustus 2020

METERAI TEMPEL 6000 ENAM RIBU RUPIAH

Rizaldy Dwiasmara

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Hubungan Antara *Sensation Seeking* dengan Kecenderungan *Nomophobia* pada Remaja di Kota Surabaya

Oleh:

Rizaldy Dwiasmara

J71216128

Telah disetujui untuk diajukan pada sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 29 Juni 2020

Prof. Dr. Moh. Sholeh, M.Pd

NIP. 195912091990021001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *SENSATION SEEKING* DENGAN KECENDERUNGAN *NOMOPHOBIA* PADA REMAJA DI KOTA SURABAYA

Disusun Oleh :

Rizaldy Dwiasmara
J71216128

Telah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Pada Tanggal 27 Juli 2020

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag
NIP. 197209271996032002

Susunan Tim Penguji :

Penguji 1

Prof. Dr. Moh. Sholeh, M.Pd.
NIP. 195912091990021001

Penguji 2

Rizma Fithri, S.Psi., M.Psi
NIP.197403121999032001

Penguji 3

Dr. Jainudin, M.Si
NIP. 196205081999103100 2

Penguji 4

Nova Lusiana, M.Keb
NIP. 198111022014032001

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Rizaldy Dwiasmara
NIM : J71216128
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
E-mail address : zaldyriz5@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :

Hubungan antara *Sensation Seeking* dengan Kecenderungan *Nomophobia* pada Remaja di Kota Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 10 Agustus 2020

Penulis

(Rizaldy Dwiasmara)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah membuktikan apakah ada hubungan antara *sensation seeking* dengan kecenderungan *nomophobia* pada remaja di Kota Surabaya. Subyek dari penelitian ini adalah para remaja berdomisili di kota Surabaya dengan usia 12-18 tahun dan menggunakan media sosial instagram. Penelitian ini menggunakan teknik penelitian korelasional. Alat pengumpulan data yang diambil pada penelitian ini adalah skala *sensation seeking* yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya yaitu skala *sensation seeking*, dan skala *nomophobia questionnerre* (NMP-Q). penelitian ini di analisis menggunakan uji korelasi non-parametrik Pearson dengan bantuan sistem SPSS *for windows* 20. Hasil dari penelitian ini diperoleh nilai Sig. 0,600 > 0,05 dan nilai korelasi p= -0,69 yang berarti tidak ada hubungan antara *sensation seeking* dengan kecenderungan *nomophobia* dengan hubungan korelasi yang negatif (-).

Kata kunci : *sensation seeking*, kcenderungan *nomophobia*, remaja di kota Surabaya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ABSTRACT

The purpose of this study is to prove whether there is a relationship between sensation seeking and the tendency of nomophobia in adolescents in the city of Surabaya. The subjects of this study were teenagers residing in the city of Surabaya, aged 12-18 years and using Instagram social media. This research uses correlational research techniques. Data collection tools taken in this study were the sensation seeking scale adapted from previous studies, namely the sensation seeking scale, and the nomophobia questionnerre scale (NMP-Q). This study was analyzed using the Pearson non-parametric correlation test with the help of the SPSS system for Windows 20. The results of this study obtained the value of Sig. 0,600> 0,05 and correlation value p = -0,69 which means there is no relationship between sensation seeking with the tendency of nomophobia with a negative correlation relationship (-).

Keyword : *sensation seeking, tendency of nomophobia, teenagers in the Surabaya city.*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN i
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **ii**
HALAMAN PENGESAHAN iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ..... **iv**
KATA PENGANTAR v
ABSTRAK viii
ABSTRACT ix
DAFTAR ISI x
DAFTAR TABEL xii
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 7
C. Tujuan Penelitian 7
D. Manfaat Penelitian 7
1. Manfaat teoritik 7
2. Manfaat Praktis 7
E. Keaslian Penelitian 7
BAB II KAJIAN PUSTAKA 11
A. Kecenderungan Nomophobia 11
1. Definisi Nomophobia 11
2. Dimensi Nomophobia 14
3. Faktor-Faktor Nomophobia 15
4. Hal Yang Dapat Mengatasi Nomophobia 17
B. Sensation Seeking 20
1. Definisi Sensation Seeking 20
2. Dimensi Sensation Seeking 21
3. Faktor-faktor Sensation Seeking 22
C. Hubungan Antara Sensation Seeking Dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja 23
D. Perspektif Islam 24
E. Kerangka Teoritik 25

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

F. Hipotesis 26
BAB III METODE PENELITIAN 27
A. Rancangan Penelitian 27
B. Identifikasi Variabel 27
C. Definisi Operasional 28
D. Populasi, Sampel, Teknik Sampling 28
E. Instrumen Penelitian 30
1. Skala Kecenderungan Nomophobia 31
a. Alat Ukur 31
b. Validitas 32
c. Reliabilitas 33
2. Skala Sensation Seeking 34
a. Alat Ukur 34
b. Validitas 35
c. Reliabilitas 37
F. Analisis Data 38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 40
A. Hasil Penelitian 40
1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian 40
2. Deskripsi Hasil Penelitian 41
B. Pengujian Hipotesis 45
1. Uji Prasyarat 45
a. Uji Normalitas 45
b. Uji Linearitas 46
2. Uji Hipotesis 47
C. Pembahasan 48
BAB V PENUTUP 52
A. Kesimpulan 52
B. Saran 52
DAFTAR PUSTAKA 53
LAMPIRAN 56

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 skala likert **30**
Tabel 3.2 *blueprint* skala *nomophobia* **31**
Tabel 3.3 hasil uji validitas *nomophobia* **32**
Tabel 3.4 *blueprint* skala *nomophobia* setelah aitem gugur **33**
Tabel 3.5 hasil uji reliabilitas *nomophobia* **34**
Tabel 3.6 *blueprint* skala *sensation seeking* **35**
Tabel 3.7 hasil uji validitas *sensation seeking* **36**
Tabel 3.8 *blueprint* skala *sensastion seeking* setelah aitem gugur **37**
Tabel 3.9 hasil uji reliabilitas *sensation seeking* **38**
Tabel 4.1 jenis kelamin subyek **41**
Tabel 4.2 deskripsi usia subyek **42**
Tabel 4.3 data statistik **42**
Tabel 4.4 kategorisasi dan interpretasi *sensation seeking* **44**
Tabel 4.5 kategorisasi dan interpretasi *nomophobia* **44**
Tabel 4.6 hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnof* **46**
Tabel 4.7 hasil uji linearitas **47**
Tabel 4.8 hasil uji korelasi *product moment* **48**

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tidak bisa dipungkiri lagi bahwa perkembangan teknologi semakin hari semakin berkembang dengan sangat pesat, banyaknya perangkat-perangkat berteknologi tinggi dalam kehidupan kerja maupun dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu hasil teknologi yang sedang berkembang dengan sangat pesat adalah *handphone*. Pengguna *handphone* di Indonesia berkembang dengan sangat pesat. Indonesia menjadi negara dengan pengguna aktif *handphone* terbesar keempat di dunia setelah China, India, dan Amerika (Wahyudi, 2015). Individu memilih menggunakan perangkat *handphone* untuk mengakses berbagai kebutuhan disbanding dengan perangkat lain seperti komputer dan tablet (Setyanti, 2015).

Jumlah pengguna *gadget* di Asia Tenggara dan *United State* (US) mengalami peningkatan yang sangat pesat. Pada akhir tahun *2012* terdapat dari setengah populasi anak-anak berusia 6-12 tahun yang menggunakan *gadget*. Dari hasil penelitian *Pew Research Center's* M.T.F.S (2014 mengatakan *90%* dari populasi orang dewasa di Amerika serikat memiliki *handphone* dan 58% dari mereka yang memiliki *smartphone*. Diantara mereka yang meiliki *gadget* 83% berusia (18-29) tahun, 74% berusia (30-49) tahun, 49% berusia (50-64) tahun dan 19% berusia 65 tahun (Cummiskey, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Common Sense Media (2012) menghasilan bahwa sebanya 45% dari remaja pada usia 13-17 tahun di Amerika merasa frustasi kepada teman sebayanya yang menggunakan *gadget*-nya ketika sedang berkumpul bersama-sama. Sebanyak 43% dar remaja tersebut berharap jika temannya agar meletakkan *gad*get-nya untuk sementara waktu ketika berkumpul. Sedangkan ada 49% remaja yang meskipun suka akan perkembangan teknologi untuk berkomunikasi, masih

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

memilih dan lebih senang ketika berkomunikasi secara langsung daripada menggunakan *gadget*-nya ketika sedang kumpul dengan teman-temannya.

APJII (2012) mengungkapakan hasil survey dari pengguna internet di Indonesia yang hasilnya adalah pengguna internet yang ada di Indonesia meningkat 8% menjadi 143,26 juta jiwa atau 5,68% total dari populasi 262 juta orang jika dibandingkan dari hasil sebelumnya yakni sebesar 132,7 juta jiwa. APJII juga mengelompokkan pengguna internet berdasarkan rentan usia. Pada rentang usia 19-34 tahun menjadi usia ang paling tinggi dalam menggunakan internet dengan presentase 49,52%. Selanjutnya dengan presentase 29,55% ditempati oleh pengguna internet dengan rentang usia 35-54 tahun. Pada rentang usia 13-18 tahun memiliki presentase 16,68%. Sedangkan terakhir ada ada usia 54 tahun keatas denga jumlah presentase 4,24%.

Indonesia sendiri kini berada pada posisi ke 3 dunia dalam hal pengguana internet aktif. Indonesia merupakan negara dengan pengguna instagram terbesar ke-4 di seluruh dunia dengan total keseluruhan berjumlah 56 juta orang yang aktif menggunakan media sosial instagram. Pengguna instagram di Indonesia di dominasi rentang usia 18-24 tahun dengan jumlah pengguna laki-laki lebih dominan daripada pengguna wanita. (liputan6.com/diakses 24 januari 2020).

Kemudahan dan kenyamanan yang ditawarkan pada *gadget*, bisa menjadi masalah apabila digunakan secara berlebihan salah satunya adalah *nomophobia* yang akhir-akhir ini sedang menjadi salah satu hal yang menarik perhatian seluruh dunia. Nomophobia didefinisikan sebagai ketakutan yang dikarenakan pengguna ponsel atau internet berada jauh dari jangkauan gadgetnya, *nomophobia* juga dideskripsikan sebagai perasaan cemas yang dikarenakan tidak tersedianya perangkat seperti komputer atau perangkat komunikasi virtual, pada definisi ini lebih berkaitan dengan *handphone* (King dkk., 2014).

Perasaan cemas yang dialami ketika individu berada jauh dari *gadget* atau *nomophobia*, dikarenakan individu tersebut kecanduan terhadap

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

perangkat *gadget.* Reza (2015) menyebutkan bahwa Asia merupakan benua dengan jumlah pecandu *gadget* terbanyak di dunia, dan 25% diantara pecandu *gadget* di Asia ini adalah pengidap *nomophobia* (Reza, 2015). Kecanduan pada *gadget* yang dialami individu dikarenakan kehadiran *gadget* saat ini menjadi salah satu alat yang bisa membantu segala kebutuhan manusia kapan saja dan dimana saja, seperti berkomunikasi, mencari informasi, hingga hiburan. Namun hal tersebut dapat membuat individu menjadikan segala kebutuhannya pada *gadget*. Bhatia (2008) menyebutkan bahwa ketergantungan akan ruang, waktu, dan hubungan sosial telah digantikan oleh kecanduan gadget.

Penggunaan *gadget* dan media sosial yang tinggi pada usia remaja, membuat aktivitas dan pola perilaku keseharian remaja juga berubah. Hal ini terlihat dari fenomena umum yang terjadi sekarang. Mereka cenderung asik dengan *gadget* dan kehidupan dunia maya mereka daripada perhatian mereka pada kehidupan nyata. Komunikasipun cenderung lebih sering terjadi melalui akun-akun media sosial mereka dibanding dengan intensitas komunikasi secara langsung atau *face to face*. Perilaku ini seakan membuat mereka tidak begitu peduli dengan apa yang terjadi di lingkungan sekitar dan akan membuat mereka menjadi sangat tergantung dengan *gadget*.

Sikap atau perilaku seperti ini membuat remaja menjadi individualis (Kompas.TV, 2015). Remaja yang individualis cenderung asyik terhadap akun media sosial dan *smartphone*nya. Mereka tidak bisa lepas dari *smartphone* di tangannya dan akan selalu beradu untuk mengunggah aktifitas dan memenuhi halaman notifikasi pemberithuan terbaru pada akun media sosial mereka. Mereka juga selalu memeriksa apa yang terjadi pada *smartphone* mereka. Rata-rata setiap individu akan memeriksa *smartphone* mereka sebanyak 150 kali sehari (Riski Amalia, 2013). Hal inilah yang menyebabkan mahasiswa seolah-olah menjadi tergantung dengan *smartphone* mereka.

Ditinjau dari adanya dampak yang muncul dari penggunaan *smartphone*, para remaja seolah-olah menjadi individu yang terobsesi untuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

melakukan sesuatu karena timbulnya sifat ketergantungan. untuk selalu mengupdate *smartphone* yang mereka miliki dan aktivitas yang mereka lakukan agar selalu *up to date*. Selain terobsesi, mereka juga akan merasa takut apabila *smartphone* yang mereka miliki tertinggal, mati atau tidak bisa berfungsi secara optimal. Hal ini sesuai dengan apa yang didapatkan peneliti pada saat observasi lapangan.

Fenomena kecanduan remaja terhadap *smartphone* penting bagi orang tua untuk diketahui. Seperti diketahui, bahwa masa remaja adalah suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa (Santrock, 2012). Masa remaja juga masa yang paling sederhana karena tidak berlakunya aturan. Remaja selalu mencoba banyak hal, berusaha mencari hal yang cocok dengan dirinya.

Individu yang mengalami kecenderungan *nomophobia* akan mengalami beberapa dampak negatif yang memiliki jangka pendek maupun jangka panjang. Dampak jangka pendek pada remaja yang mengalami kecenderungan *nomophobia* adalah kegelisahan, kedepian, kecemasan, panik, kesedihan, berkeringat, dan gemetaran ketika dipisahkan dari *smartphone* mereka (Bagazzi dan Puenete, 2014). Selain itu, dampak yang terjadi pada kecenderungan *nomophobia* diantaranya kualitas tidur jadi terganggu karena paparan layar *smartphone* yang membuat otak menerima sinyal bahwa mata belum merasakan ngantuk, padahal sudah memasuki waktu untuk istirahat (Hidayat & Mustikasari, 2014). Efek jangka panjang dari kecenderungan *nomophobia* ini adalah penurunan fungsi otak yang terjadi secara terus menerus yang berujung pada hilangnya fokus, stres, bahkan gangguan jiwa secara permanen (Lianawati,2018). Pada sebuah berita pada tahun 2018 yang menyatakan bahwa masyarakat setempat dihebohkan oleh seorang wanita tidak dapat menggerakan jari-jarinya setelah memainkan *smartphone* seminggu tanpa henti. Pengguna *smartphone* yang berlebihan pula menyebabkan dua orang remaja mengalami kecanduan terhadap ponsel pintar hingga harus dirawat di Poli Jiwa RSUD Dokter Koesnadi Bondowoso (liputan6.com, 2018).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan di beberapa lokasi seperti di warung kopi, rapat karan taruna, dan dimanapun ada sekelompok remaja yang sedang berkumpul. Ditemukan bahwa banyak remaja yang berkumpul dengan teman-temannya tapi tidak ada yang mengobrol satu sama lain, melainkan memainkan *smartphone* mereka masing-masing. Dari yang total pengunjung yang datang di warung kopi, hampir 90% pengunjungnya pasti sibuk dengan *smartphone* mereka masing-masing. Seseorang yang mengalami ketergantungan *smartphone*, menjadikan *smartphone* sebagai sarana yang mengasyikkan bagi mereka. Sehingga sering digunakan dengan tujuan untuk mencapai kepuasan (Leung, 2008). Yuwanto (2010) menemukan faktor penyebab terjadinya kecenderungan *nomophobia* antara lain faktor internal, eksternal, situasional, dan sosial. Faktor internal berkaitan dengan karakteristik individu seperti adanaya *sensation seeking* yang tinggi, *self esteem* yang rendah, habit yang tinggi, dan sebagainya. Faktor eksternal yaitu faktor yang disebabkan oleh pengaruh dari luar seperti paparan media tentang *smartphone* dan hadirnya aplikasi yang menyenangkan. Faktor situasional adalah faktor yang menyebabkan individu mengalami kecenderungan *nomophobia* pada situasi tertentu seperti stres, kesedihan, kesepian, isolasi, kecemasan, maupun *leisure boredom*. Kemudian faktor sosial adalah faktor yang menjadikan *smartphone* sebagai alat komunikasi untuk sarana menjaga kontak dan berinteraksi dengan orang lain karena *smartphone* menjadi salah satu alat komunikasi yang memudahkan individu untuk berkomunikasi tanpa bertatap muka secara langsung.

Santrock (2007) mengungkapkan bahwa remaja memiliki karakteristik sosio-emosional, yaitu perubahan pada emosi, perubahan emosional, serta relasi interpersonal membuat remaja membutuhkan sesuatu yang dapat memberikan sensasi yang menumbulkan kesenangan dengan mencari pengalaman-pengalaman baru. Pada masa ini seorang remaja dihadapkan pada tantangan menemukan identitas siapa mereka, bagaimana mereka nantinya, dan kemana mereka menuju dalam kehidupannya (menuju tahap

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dewasa). Terjadinya berbagai perubahan dan pencarian identitas tersebut, menjadikan masa remaja menjadi puncak meningkatnya pengambilan resiko demi mencari pengalaman-pengalaman baru yang menyenangkan serta memberikan sensasi yang akan terus dilakukan yang dimunculkan dengan tingginya penggunaan *smartphone* hingga menimbulkan *smartphone addiction* (Azizah,2014). Situasi mencari pengalaman-pengalaman baru dan mencari sensasi yang menyenangkan dalam hal ini disebut *sensation seeking*.

Sensation seeking menurut Chaplin (dalam Dwiputri, 2016) yaitu mencari pengalaman yang timbul apabila suatu stimulus merangsang suatu reseptor. Ciri-ciri dari *trait sensation seeking* adalah punya keberanian yang ekstrim, selalu merasa ingin tahu, toleran terhadap kesulitan atau rasa sakit dan retan terhadap kebosanan (Zuckerman dalam Amanta, 2009). Sander & Scherer (2009) mengartikan bahwa *sensation seeking* didefinisikan sebagai kecenderungan untuk menikmati dan mengejar kegiataan yang menarik serta memiliki rasa keterbukaan untuk mencoba pengalaman baru.

Dari uraian diatas, diketahui bahwa *sensation seeking* merupakan salah satu faktor yang menyebabkan munculnya kecenderungan *nomophobia. Sensation seeking* timbul dari adanya aktivitas yang sama atau monoton dan kurangnya pengalaman sosial yang berkaitan dengan berbagai jenis kegiatan. Individu yang tergolong remaja sebagian besar adalah pelajar dan sebagian waktunya digunakan untuk sekolah dan belajar juga memiliki aktivitas yang sama setiap harinya. Mengacu pada karakter yang ada pada remaja, mereka menyukai aktivitas dengan menggunakan media digital khususnya gadget (Mc Crindle, 2014). Ketergantungan remaja masa kini pada benda digital membuat mereka berani mengambil resiko apapun agar tetap menggunakan *smartphone* yang dimilikinya (Azizah,2014).

Berdasarkan penjelasan yang ada diatas bahwa *nomophobia* adalah rasa cemas jika individu berada jauh dari *gadget.* Sedangkan *sensation seeking* merupakan kecenderungan seseorang mengejar sesuatu hal yang baru. Kecanduan gadget (*nomophobia*) bisa diakibatkan oleh seringnya

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

individu mengejar suatu hal yang menarik agar mendapatkan respon dari orang lain. Oleh karena itu peneliti tertarik meneliti tentang Hubungan *sensation seeking* dengan *nomophobia* pada remaja di kota Surabaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah di jabarkan di atas, peneliti merumuskan masalah yaitu apakah ada hubungan antara *sensation seeking* dengan kecenderungan *nomophobia* pada remaja di kota Surabaya?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui hubungan antara *sensation seeking* dengan kecenderungan *nomophobia* pada remaja di kota Surabaya

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritik

   Secara teoritik manfaat dari adanya penelitian ini adalah diharapkan dapat menyumbangkan ilmu secara positif dalam bidang psikologi sosial bahwa *sensation seeking* dan kecenderungan *nomophobia* merupakan suatu hal yang perlu diperhatikan.

2. Manfaat Praktis

   Dengan hasil dari penelitian ini peneliti berharap bahwa penjelasan dari hubungan *sensation seeking* dan kecenderungan *nomophobia* dapat memberikan informasi dan ilmu yang bermanfaat bagi pembaca.

E. Keaslian Penelitian

Dalam kajian riset sebelumnya, peneliti masih menemukan beberapa penelitian yang membahas terkait nomophobia dengan judul dan variable bebas yang berbeda-beda. Berikut adalah beberapa penelitian tentang nomophobia. Yang pertama adalah penelitian dari Ramaita; Armaita; dan Pringga Vandelis dengan judul "Hubungan Ketergantungan *Smartphone* Dengan Kecemasan (*Nomophobia)"* dengan populasi semua mahasiswa S1

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Keperawatan STIKes piala sakti Pariaman. Hasilnya adalah terdapat hubungan yang signifikan antara ketergantungan *Smartphone* dengan Kecemasan (*Nomophobia*) pada mahasiswa program studi S1 keperawatan STIkes Piala Sakti Pariaman.

Selanjutnya pada penelitian Ajeng Tiara Asih dan Nailul Fauziah dengan judul "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecemasan Jauh Dari Smartphone (Nomophobia) Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Diponegoro Semarang" dengan hasil bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan kecemasan jauh dari *smartphone* (*nomophobia*). Semakin tinggi kontrol diri individu maka tingkat kecemasan jauh dari *smartphone* (*nomophobia*) yang dialami semakin rendah. Sebaliknya, apabila individu dengan kontrol diri rendah maka tingkat kecemasan jauh dari *smartphone* (*nomophobia*) semakin tinggi. Kontrol diri mempengaruhi munculnya kecemasan jauh dari *smartphone* (*nomophobia*) yang dialami individu.

Berikutnya adalah penelitian dari Agung Prasetyo dan Atika Dian Ariana yang berjudul "Hubungan Antara *The Big Five Personality* Dengan *Nomophobia* Pada Wanita Dewasa Awal" dengan hasil tidak ada hubungan antara neurotis (*neuroticism*) dengan *nomophobia* pada wanita dewasa awal. Tidak ada pula hubungan antara keterbukaan (*openness*) dengan *nomophobia* pada wanita dewasa awal. Hubungan antara kesungguhan (*conscientiousness*) dengan *nomophobia* pada wanita dewasa awal juga tidak ditemukan. Begitu pula dengan hubungan antara kemufakatan (*agreeableness)* dengan *nomophobia* pada wanita dewasa awal, juga tidak ditemukan.

Pada penelitian oleh Lita Sulfiana Rahman; Lilik Ma'rifatul Azizah; dan Faizal Ibnu dengan judul "Hubungan Antara Harga Diri Dengan *Nomophobia* Pada Pengguna *Smartphone* Di Kelas X Sman 2 Mojokerto" yang hasilnya (1) Harga diri responden pengguna *smartphone* dikelas X SMAN 2 Mojokerto sebagian besar yaitu 74,2% responden memiliki harga

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diri cukup. (2) *Nomophobia* responden pengguna *smartphone* dikelas X SMAN 2 Mojokerto sebagian besar yaitu 69,2% responden mengalami *nomophobia* sedang. (3) Adanya hubungan yang kuat antara harga diri dengan *nomophobia* dan bersifat tidak searah sehingga jika harga diri rendah maka *nomophobia* akan meningkat.

Pada penelitian selanjutnya yakni sebuah penelitian dari Nityadhira Aldinata dan Anastasia Sri Maryatmi yang berjudul "Hubungan Kontrol Diri Dan Perilaku Impulsive Dengan *Nomophobia* Pada Remaja Pengguna Instagram di Kelas XI IPS SMAN 31 Jakarta Timur" dan diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah negative antara kontrol diri dengan *nomophobia* pada remaja pengguna instagram di kelas XI IPS SMAN 31 Jakarta Timur. Selanjutnya terdapat juga hubungan positif antara perilaku impulsif dengan *nomophobia* pada remaja pengguna instagram di kelas XI IPS SMAN 31 Jakarta Timur. Dan terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dan perilaku impulsif dengan *nomophobia* pada pengguna instagram di kelas XI IPS SMAN 31 Jakarta Timur.

Pada penilitian yang dilakukan oleh Rudiana Marliana Prabandana, Novita Azizah Muyassaroh, dan Ibnu Mahmudi dengan judul "*Islamic Counseling* Untuk *Nomophobia* di Kalangan Remaja" dan memperoleh hasil bahwa kecanduan *smartphone* pada kalangan remaja sangat tinggi. Untuk mengurangi dan menghilangkan kebiasaan tersebut bisa dihilangkan dengan cara konseling islam yang merujuk pada tujuan, azaz, norma pada konseling islam.

Berikutnya ada penelitian yang dilakukan oleh Shanty Sudarji yang berjudul "Hubungan Antara *Nomophobia* Dengan Kepercayaan Diri" dengan hasil Hasil analisa data korelasi antara nomophobia dan kepercayaan diri menunjukkan nilai p = 0,626 > a = 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara nomophobia dengan kepercayaan diri. Terdapat faktor-faktor lain yang lebih kuat yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Penelitian lainnya yang memiliki variable yang sama dengan penelitian ini yakni penelitian yang dilakukan oleh Ria Anggrini Sihombing pada tahun 2018 dengan judul "Hubungan Sensation Seeking dengan Sikap terhadap *Nomophobia*". penelitian ini menggunakan subyek mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang, dan memperoleh hasil Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *sensation seeking* dengan sikap terhadap *nomophobia* pada mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Penelitian tersebut membuktikan bahwa mahasiswa dengan tingkat *sensation seeking* tinggi memiliki sikap terhadap *nomophobia* yang rendah, begitu juga sebaliknya. Mahasiswa dengan tingkat *sensation seeking* rendah memiliki sikap terhadap *nomophobia* yang tinggi.

Adapun perbedaan dari penelitian yang dilakukan oleh Ria Anggrini Sihombing pada tahun 2018 dengan judul "Hubungan Sensation Seeking dengan Sikap terhadap Nomophobia" dengan penelitian yang dilakukan peneliti sekarang. Diantaranya yakni dari subyek penelitian, dimana pada penelitian ini peneliti menggunakan subyek dengan kriteria remaja berusia 12-18 tahun, pengguna instagram, dan warga Surabaya. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Ria Anggraini Sihombing menggunakan subyek mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II
KAJIAN PUSTAKA

A. Kecenderungan *Nomophobia*

1. Definisi nomophobia

Nomophobia merupakan sebuah istilah dari kata *no-mobile-phone-phobia.* Istilah ini pertama kali dimunculkan oleh penelitian yang dilakukan oleh *UK Post Office* pada tahun 2008 yang pada saat itu meneliti tentang kecemasan penggunaan telepon gengga (SecurEnvoy, 2012). Terkandung dua istilah yang berhubungan dengan *nomophobia* yaitu *nomophobe* dan *nomophobic.* Nomophobe merupakan istilah untuk orang yang menderita *nomophobia*, sedangkan *nomophobic* merupakan istilah yang digunakan untuk memberikan cirri-ciri karakteristik atau perilaku seseorang yang berhubungan dengan *nomophobia* (SecurEnvoy, 2012).

King, Valencia, dan Nardi (2010) menjelaskan *nomophobia* sebagai gangguan yang muncul pada abad ke-21 yang merupakan efek perkembangan dari teknologi yang sangat cepat, mereka mengutarakan arti dari *nomophobia* sebagai perasaan yang tidak nyaman dan cemas ketika tidak melakukan kontak langsung dengan *handphone*, yang menyebabkan individu takut jika tidak bisa melakukan kontak dengan orang lain atau mendapatkan informasi. Begitu pula pendapat dari Yildirim (2014) yang mengungkapkan bahwa *nomophobia* (*no mobile phone phobia)*) merupakan suatu fobia baru yang muncul di era modern yang merupakan hasil dari interaksi indvidu dengan *gadget* masing-masing, ketakutan berlebih jika tidak menggunakan *gadget* atau tidak bisa berkomunikasi melalui *handphone* nya, dan timbulnya perasaan gelisah atau cemas ketika jauh dengan *handphone* nya.

Sedangkan menurut Internasional Business Times (2013) menjelaskan beberapa kondisi dimana individu yang mengalami *nomophobia* seperti tidak mendapatkan sinyal, tidak dapat menerima

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

panggilan masuk atau melakukan panggilan keluar, baterai habis , dan tidak dapat menggunakan email. Sedangkan sebagian besar individu dengan *nomophobic* juga mengalami *ringxiety* (gabungan dari *ring* dan *anxiety*) yang dikenal sebagai *phantom vibration syndrome, panthom ringing, hyphovibrochondria fauxcellarm* yang artinya sensasi palsu ketika *handphone* berdering atau bergetar (Sharma, Sharma, Sharma, & Wavare, 2015).

Berdasarkan teori *nomophobia* yang dijelaskan oleh beberapa ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa kecenderungan *nomophobia* adalah suatu kecenderungan fobia dimana individu merasakan cemas dan takut ketika berada jauh dari *handphone,* tidak dapat menghubungi orang lain, tidak mendapatkan sinyal, habis baterai, tidak bisa membuka internet atau social media, serta mengalami *ringxiety*. Batasan antara *nomophobia* dengan ketergantungan *gadget* terletak pada perasaan cemas, gelisah, dan takut berada jauh dari *handphone*, sedangkan ketergantungan sendiri merupakan usaha untuk melakukan terus-menerus dalam menggunakan *handphone*. Penggunaan yang berlebihan dapat menimbulkan perilaku adiktif dan ketergantungan, dimana kedua hal tersebut merupakanindikasi dari *nomophobia* (Pavithra dkk, 2015).

Gadget pada dasarnya diciptakan untuk membuat hidup kita lebih produktif. Tetapi ketika kita terlena pada segala kemudahan yang ditawarkan dan menjadi kecanduan *gadget (nomophobia),* kita akan menjadi budak dari smartphone kita sendiri. Hal ini berdampak buruk bagi hubungan kita dengan orang lain, pekerjaan kita, dan hidup kita. Sudah seharusnya remaja masa kini menghilangkan ketergantungan yang berlebihan pada smartphone. Hilangkan *nomophobia* dalam kepala kita. Jangan sampai nomophobia dapat menjauhkan yang dekat dan mendekatkan yang jauh orang-orang disekeliling kita. Percayalah, dunia sedang menunggu dan membutuhkan kontribusi aktif dari kalian, para remaja.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Ketergantungan remaja terhadap *mobile phone* disebut dengan *no-mobile phone phobia* (*nomophobia*) yang merupakan ketakutan dan kecemasan modern akibat dari perkembangan teknologi. *Nomophobia* yaitu ketakutan dan kecemasan yang terjadi karena tidak ada kontak akses terhadap ponselnya (King etc.all.,2014). *Nomophobia* diartikan tidak hanya seseorang yang cemas karena tidak membawa ponsel, namun ketakutan dan kecemasan tersebut dapat terjadi karena berbagai kondisi, misal tidak ada jangkauan jaringan, kehabisan baterai, tidak ada jaringan internet, kehabisan kuota, dll.

Merujuk pada orang-orang yang mengalami *nomophobia* ada dua istilah sehari-hari yang dapat digunakan yaitu *nomophobe* dan *nomophobic*. *Nomophobe* merupakan kata benda dan mengacu pada seseorang yang menderita *nomophobia*, sedangkan *nomophobic* adalah kata sifat yang mengambarkan karakteristik *nomophobe* atau perilaku yang berhubungan dengan *nomophobia* (Yildirim, 2014). Beberapa ahli mendefinisikan *nomophobia* diantaranya adalah Yildirim (2014) yang berpendapat bahwa *nomophobia* merupakan rasa takut berada diluar kontak ponsel dan dianggap sebagai fobia modern sebagai efek samping dari interaksi antara manusia, teknologi informasi dan komunikasi khususnya *gadget* (Yildirim, 2014). *Nomophobia* secara harafiah adalah "*no mobile phone*" yang merupakan ketakutan berada jauh dari *gadget.*

Jika seseorang berada dalam suatu area yang tidak ada jaringan, kekurangan saldo atau bahkan lebih buruknya kehabisan baterai, orang tersebut akan merasa cemas, yang memberikan efek merugikan sehingga memengaruhi tingkat konsentrasi seseorang. Penggunaan *gadget* yang terus-menerus dapat menyebabkan perubahan dari *gadget* yang hanya sekedar simbol menjadi sebuah kebutuhan dimana *gadget* menyediakan berbagai fitur seperti diari pribadi, email, kalkulator, video game player, kamera, dan pemutar musik (Yildirim 2014). King (2013) menjelaskan bahwa *nomophobia* bukan hanya mencakup ponsel tapi juga komputer, dalam penelitiannya *nomophobia* didefinisikan sebagai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

ketakutan dunia *modern* yang digunakan untuk menguraikan ketidaknyamanan atau kecemasan yang diakibatkan oleh tidak tersedianya *gadget*, komputer atau perangkat komunikasi maya lainnya.

Remaja mungkin tidak menyadari bahwa kebiasaan menggunakan smartphone telah membuat jarak antara remaja dengan lingkungan sekitarnya. Remaja jadi canggung ketika berbincang dengan orang lain, yang akhirnya berdampak pada rasa apatis dan tidak mau tahu. Agar ini tidak berlanjut, maka tidak ada cara lain selain meletakan *gadget* kita di dalam laci dan menceburkan diri dalam pergaulan. Perbanyak aktivitas yang melibatkan diri untuk berinteraksi dengan orang lain sehingga kita akan menggunakan smartphone ketika ada hal yang penting.

2. Dimensi nomophobia

Yildirim (2014) menyatakan ada beberapa kriteria mengenai *nomophobia* diantaranya :

a. Tidak dapat berkomunikasi (*not being able to communicate*), hal ini mengacu pada perasaan dimana individu tidak bisa melakukan panggilan telepon dengan orang lain serta tidak dapat menggunakan akses untuk komunikasi dengan orang lain.
b. Kehilangan konektivitas (*losing connectedness*), perasaan dimana kehilangan konektivitas yang menyebabkan individu merasa cemas ketika tidak bisa mengakses internet dengan orang lain di media social.
c. Tidak dapat mengakses informasi (*not being able to acces information*), menunjukkan ketidaknyamanan ketika individu tidak dapat mengakses informasi melalui *handphone*.
d. Memberi kenyamanan (*giving up convenience*), dimana individu sadar kalau ia menggunakan *handphone* terlalu berlebihan, tetapi individu tidak mengkhawatirkan kondisinya karena merasa dapat manfaat ketika dia memainkan *handphone*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan penjelasan diatas, disimpulkan bahwa *nomophobia* memiliki beberapa aspek, yakni : tidak bisa berkomunikasi, kehilangan konektivitas, tidak mampu mengakses informasi, menyerah pada kenyamanan menghabiskan waktu menggunakan telepon genggam, mempunyai satu atau lebih gadget dan selalu membawa charger, merasa cemas dan gugup ketika telepon genggam tidak tersedia dekat atau tidak pada tempatnya, selalu melihat dan mengecek layar telepon genggam untuk mencari tahu pesan atau panggilan masuk, tidak mematikan telepon genggam dan selalu sedia 24 jam, kurang nyaman berkomunikasi secara tatap muka dan lebih memilih berkomunikasi menggunakan teknologi baru, biaya yang dikeluarkan untuk telepon genggam besar.

3. Faktor-faktor *nomophobia*

Ada dua faktor yang menyebabkan kecenderungan *nomophobia* yakni game online (*game addicted*) dan FoMO (*fear of Missing Out*).

Menurut Bianchi dan Philip (dalam Yildirim, 2014) faktor-faktor yang mempengaruhi *nomophobi*a sebagai berikut:

a. Jenis Kelamin

Secara historis tampaknya ada perbedaan jenis kelamin dalam kaitannya dengan serapan teknologi baru. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Bianchi & Philip (2005) telah menemukan bahwa laki – laki lebih mungkin dibandingkan wanita untuk memiliki sikap positif terhadap computer.Secara logis ini menunjukkan bahwa laki – laki akan lebih banyak dari perempuan yang bermasalah dalam penggunaan teknologi. Perbedaan gender adalah fungsi sosialisasi dan akses terhadap teknologi.

b. Harga Diri

Harga diri adalah evaluasi yang relatif stabil yang membuat seseorang mempertahankan dirinya sendiri, dan cenderung menjadi penilai diri. Harga diri berkaitan dengan pandangan diri

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan identitas diri. Orang-orang dengan panadangan diri buruk atau negative memiliki kecenderungan yang besar untuk mencari kepastian, telepon genggam memberikan kesempatan setiap orang untuk bisa dihubungi kapan saja dari sinilah tidak mengherankan jika orang-orang dalam mengunakan telepon genngam secara tidak tepat atau berlebihan (Bianchi & Philip, 2005).

c. Usia

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa orang tua kurang memungkinkan dibanding orang muda untuk dalam pengunaan teknologi baru. Brickfield telah menemukan bahwa sebagian alasannyaorang tua kurang positif terhadap berbagai teknologi dari pada orang muda yang berarti mereka juga kurang cenderung menggunakan produk teknologi baru.

d. Extravensi

Ekstraversi umumnya suka mengambil risiko, impulsif, dan sangat membutuhkan kegembiraan. Ekstraversi lebih rentan terhadap masalah penggunaan telepon genggam dengan alasan bahwa mereka lebihcenderung mencari situasi sosial. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa ekstraversi lebih rentan terhadap pengaruh teman sebaya.

e. Neurotisme

Neurotisme tinggi ditandai dengan kecemasan, mengkhawatirkan, kemurungan, dan sering depresi. Individu neurotisme terlalu emosional, bereaksi kuat terhadap banyak rangsangan.

4. Hal yang dapat mengatasi *nomophobia*

a. Kunci *smartphone* dengan *password* yang panjang dan sulit. Ketidaknyamanan membuka smartphone yang memiliki password panjang membuat kita enggan menggunakan smartphone tanpa berfikir. Kita akan menggunakannya untuk hal-hal yang benar-benar perlu saja.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Hapus semua aplikasi yang digunakan. Dengan menghapus semua aplikasi yang tidak kita gunakan akan mengurangi waktu untuk mengeksplorasi aplikasi-aplikasi tersebut. Menghapus aplikasi yang tidak digunakan atau yang jarang digunakan juga akan memberi ruang lebih pada penyimpanan smartphone kita, dan meningkatkan masa pakai dan performa baterai smartphone kita.
c. Atur batas spesifik penggunaan smartphone. Kemungkinan batas-batas yang bisa kita gunakan adalah: tidak boleh ada smartphone saat sedang makan, mandi, tidak boleh menggunakan smartphone selama bercakap-cakap dengan seseorang, tidak boleh ada smartphone di kamar tidur.
d. Mematikan notifikasi. Semakin sering kita mengecek smartphone kita, semakin sulit kebiasaan tersebut dihilangkan. Jadi matikanlah notifikasinotifikasi pada aplikasi tersebut, maka kita akan merasakan kurangnya dorongan menggunakan smartphone.
e. Mute grup chat. Mute adalah sebuah fitur pada messenger service untuk menyembunyikan atau menghilangkan notifikasi pesan yang masuk. Secara spesifik fitur ini digunakan untuk setiap percakapan secara terpisah. Berbeda dengan fitur menonaktifkan notifikasi secara keseluruhan melalui menu setting (setelan telepon).
f. Balas pesan hanya tiga kali sehari. Lebih efisien jika membalas pesan sekaligus daripada satu persatu di waktu yang berbeda-beda. Namun, utamakan pesan dari keluarga dan orang-orang dengan urgensi tinggi.
g. Sebelum memulai pekerjaan, letakkan ponsel kita paling tidak 3 meter jauhnya dari kita. Bekerja dengan fokus, letakan ponsel jauh dari kita sehingga kita bisa bekerja dengan lebih cepat dan lebih baik.
h. Ketika kita merasakan keingian yang sangat untuk mengecek smartphone kita, tutup mata dan tarik nafas yang dalam. Dorongan untuk mengecek smartphone layaknya sebuah gelombang. Jika kita bisa bertahan beberapa saat saja, dorongan tersebut akan lewat begitu saja dan kita akan kembali bekerja.
i. Mematikan smartphone kita sebelum tidur. Matikan smartphone kita sebelum berangkat tidur, dan tinggalkan di luar kamar jika ingin mengisi baterai.

Penggunaan *gadget* dan media sosial yang tinggi pada usia remaja, membuat aktivitas dan pola perilaku keseharian remaja juga berubah. Hal ini terlihat dari fenomena umum yang terjadi sekarang. Mereka

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

cenderung asik dengan *gadget* dan kehidupan dunia maya mereka daripada perhatian mereka pada kehidupan nyata. Komunikasipun cenderung lebih sering terjadi melalui akun-akun media sosial mereka dibanding dengan intensitas komunikasi secara langsung atau *face to face*. Perilaku ini seakan membuat mereka tidak begitu peduli dengan apa yang terjadi di lingkungan sekitar dan akan membuat mereka menjadi sangat tergantung dengan *gadget*.

Sikap atau perilaku seperti ini membuat remaja menjadi individualis (Kompas.TV, 2015). Remaja yang individualis cenderung asyik terhadap akun media sosial dan *smartphone*nya. Mereka tidak bisa lepas dari *smartphone* di tangannya dan akan selalu beradu untuk mengunggah aktifitas dan memenuhi halaman notifikasi pemberithuan terbaru pada akun media sosial mereka. Mereka juga selalu memeriksa apa yang terjadi pada *smartphone* mereka. Rata-rata setiap individu akan memeriksa *smartphone* mereka sebanyak 150 kali sehari (Riski Amalia, 2013). Hal inilah yang menyebabkan mahasiswa seolah-olah menjadi tergantung dengan *smartphone* mereka.

Ditinjau dari adanya dampak yang muncul dari penggunaan *smartphone*, para remaja seolah-olah menjadi individu yang terobsesi untuk melakukan sesuatu karena timbulnya sifat ketergantungan. untuk selalu mengupdate *smartphone* yang mereka miliki dan aktivitas yang mereka lakukan agar selalu *up to date*. Selain terobsesi, mereka juga akan merasa takut apabila *smartphone* yang mereka miliki tertinggal, mati atau tidak bisa berfungsi secara optimal. Hal ini sesuai dengan apa yang didapatkan peneliti pada saat observasi lapangan.

Fenomena kecanduan remaja terhadap *smartphone* penting bagi orang tua untuk diketahui. Seperti diketahui, bahwa masa remaja adalah suatu periode transisi dalam rentang kehidupan manusia, yang menjembatani masa kanak-kanak dengan masa dewasa (Santrock, 2012). Masa remaja juga masa yang paling sederhana karena tidak

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berlakunya aturan. Remaja selalu mencoba banyak hal, berusaha mencari hal yang cocok dengan dirinya.

B. Sensation Seeking

1. Definisi Sensation Seeking

Pengertian sensation seeking pertama kali dikemukakan dalam *sensation seeking scale* (SSS). *Sensation seeking* menurut Zuckerman (dalam Roberti 2003) adalah sebuah sifat yang ditandai oleh kebutuhan berbagai macam sensasi dan pengalaman-pengalaman yang baru, kompleks dan luar biasa, serta kesediaan untuk mengambil resiko, baik secara fisik, hukum, sosial, maupun financial. Sedangkan menurut Roberti (2003), seorang individu yang melakukan sensation seeking sering bertujuan untuk mendapatkan kegairahan dan meningkatkan rangsangan yang optimal dan akan cenderung mencari stimulus baru dan luar biasa, dan mungkin saja berbahaya bagi orang lain karena akan menimbulkan perasaan yang tidak menyenangkan maupun rasa kecemasan.

Sander & Scherer (2009) menyatakan bahwa *sensation seeking* didefinisikan sebagai kecenderungan untuk menikmati dan mengejar kegiataan yang menarik serta memiliki rasa keterbukaan untuk mencoba pengalaman baru. *Sensation seeking* menurut Chaplin (dalam Dwiputri, 2016) yaitu mencari pengalaman yang muncul apabila suatu stimulus merangsang suatu reseptor. Ciri-ciri dari *trait sensation seeking* adalah punya keberanian yang ekstrim, toleran terhadap kesulitan atau rasa sakit dan retan terhadap kebosanan, dan selalu merasa ingin tahu (Zuckerman dalam Amanta, 2009).

Sensation dapat diartikan sebagai proses merasakan ataupun menghayati. Sedangkan *seeking* dalam bahasa inggris berasal dari kata *seek* yang berarti mencari. Bila diartikan secara harfiah, *sensation seeking* adalah proses merasakan, mencari, ataupun menghayati suatu

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sensasi yang muncul apabila ada rangsangan yang membangkitkan reseptor (Aftinayah, 2013).

2. Dimensi Sensation Seeking

Zuckerman (1994) telah mengembangkan sifat *sensation seeking* (pencari sensasi) yang dibuat sebagai pengukuran skala *sensation seeking*, diantaranya yaitu :

a. Perilaku Impulsif atau *Disinhibition* (DIS)

Merefleksikan perilaku impulsif pada individu, meliputi keinginan yang kuat untuk melakukan perilaku yang mengandung resiko kesehatan dan resiko sosial. Perilaku ini dapat menimbulkan dampak negatif terhadap posisi terhadap posisi individu yang bisa muncul dari proses masa kini ataupun masa yang akan datang.

b. Mencari petualangan dan kesenangan atau *Thrill and Adventure Seeking* (TaS)

Merefleksikan kebutuhan seseorang untuk melakukan tindakan yang beresiko dan penuh petualangan yang menawarkan sesnsasi unik terhadap individu. Keinginan yang kuat untuk terlibat dalam aktifitas fisik yang menuntut berbahaya, kecepatan, dan aktifitas yang menyimpang dari gravitasi bumi (terjun payung, menyelam, dan *bungee jumping*).

c. Mencari pengalaman atau *Experience Seeking* (ES)

Mengekspresikan pencarian individu terhadap pengalaman baru (*novel experiences*) melalui penginderaan, gaya hidup, dan pemikiran yang tidak konvensional dalam berbagai hal. Seperti dalam hal *travel style*, seni, musik, hingga gaya hidup yang antikonformitas lainnya.

d. Rentan Akan Rasa Bosan atau *Boredom Susceptibility* (BS)

Merefleksikan perilaku individu yang antipati terhadap pengalaman yang repetitif dari kehadiran orang-orang yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dapat terprediksi, pekerjaan yang rutin, dan reaksi tidak puasan terhadap kondisi yang membosankan tersebut. *Boredom Susceptibility* juga menyebabkan kegundahan pada individu saat tidak ada perubahan pada perubahannya dan ketidaksukaan pada orang yang membosankan.

3. Faktor-Faktor Sensation Seeking

Ada dua faktor yang memengaruhi *trait sensation seeking* dalam diri individu, yaitu faktor herediter dan faktor lingkungan. Berikut faktor-faktor yang memengaruhi *trait sensation seeking*.

a. Faktor Herediter

Faktor herediter merupakan faktor utama yang diprediksi sebagai faktor utama penyebab munculnya *trait sensation seeking* pada individu. Zuckerman juga mengindikasikan adanya faktor genetik yang sangat memengaruhi susunan gen dan biologis individu sehingga memiliki kecenderungan untuk mencari sensasi dalam hidupnya. Adanya MAO (*monoamine oxidase*), kode kelas genetik *dopamine* 4 (DRD4), kadar hormon seksual dan kadar tingginya *neurotransmitter* maupun *dopamine* dipercaya menjadi kondisi biologis yang menyebabkan individu memiliki kebutuhan *arousal* dan sensasi yang tinggi. Oleh karena itu faktor herediter diprediksi memberikan pengaruh sebesar 60% pada individu untuk memiliki kebutuhan *arousal* dan sensasi yang tinggi pada dirinya.

Zuckerman (1994) menyatakan bahwa usia dan jenis kelamin menjadi faktor demografik yang paling memengaruhi *trait sensation seeking* pada seseorang. Menurut Zuckerman, *trait sensation seeking* lebih tinggi dialami pada pria dibandingkan pada wanita dan mulai berkembang pada usia 9-14 tahun dan setelahnya mengalami puncaknya pada usia 20 tahun keatas kemudian mulai menurun berdasarkan bertambahnya usia.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Faktor Lingkungan

Pembelajaran sosial (*social learning*) adalah faktor yang juga memepengaruhi dan mengajarkan individu untuk suka terhadap sensasi dan perilaku mencari sensasi tertentu. Faktor lingkungan dan pembelajaran lingkungan ini diprediksi memberikan pengaruh sebesar 40% pada individu untuk terstimulus dalam memiliki *trait sensation seeking* dan kebutuhan pencarian sensasi lainnya. Observasi dan imitasi yang dilakukan pada orang tua, teman, dan *significant others* memungkinkan individu untuk mempelajari perilaku yang cenderung mencari sensasi, baik tinggi ataupun rendah.

C. Hubungan Antara Sensation Seeking Dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja

nomophobia (*no mobile phone phobia)*) merupakan suatu fobia baru yang muncul di era modern yang merupakan hasil dari interaksi indvidu dengan *gadget* masing-masing, ketakutan berlebih jika tidak menggunakan *gadget* atau tidak bisa berkomunikasi melalui *handphone* nya, dan timbulnya perasaan gelisah atau cemas ketika jauh dengan *handphone* nya (Yildirim, 2014). Salah satu Faktor internal berkaitan dengan karakteristik individu seperti adanya *sensation seeking* yang tinggi, *self esteem* yang rendah, habit yang tinggi, dan sebagainya. Faktor *sensation seeking* adalah salah satu faktor yang mendukung terjadinya kecenderungan *nomophobia* pada seseorang khususnya remaja.

Santrock (2007) mengungkapkan bahwa remaja memiliki karakteristik sosio-emosional, yaitu perubahan pada emosi, perubahan emosional, serta relasi interpersonal membuat remaja membutuhkan sesuatu yang dapat memberikan sensasi yang menumbulkan kesenangan dengan mencari pengalaman-pengalaman baru. Pada masa ini seorang remaja dihadapkan pada tantangan menemukan identitas siapa mereka, bagaimana mereka nantinya, dan kemana mereka menuju dalam kehidupannya (menuju tahap dewasa). Terjadinya berbagai perubahan dan pencarian identitas tersebut,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

menjadikan masa remaja menjadi puncak meningkatnya pengambilan resiko demi mencari pengalaman-pengalaman baru yang menyenangkan serta memberikan sensasi yang akan terus dilakukan yang dimunculkan dengan tingginya penggunaan *smartphone* hingga menimbulkan *smartphone addiction* (Azizah,2014). Situasi mencari pengalaman-pengalaman baru dan mencari sensasi yang menyenangkan dalam hal ini disebut *sensation seeking*.

Sensation seeking sendiri menurut Zuckerman (dalam Roberti, 2003) adalah sebuah sifat yang ditandai oleh kebutuhan berbagai macam sensasi dan pengalaman-pengalaman yang baru, kompleks dan luar biasa, serta kesediaan untuk mengambil resiko, baik secara fisik, hukum, sosial, maupun finansial.

D. Perspektif Islam

Berdasarkan firman Allah SWT pada QS. Al-An'am : 44 yang berbunyi :

فَلَمَّا نَسُوا۟ مَا ذُكِّرُوا۟ بِهِۦ فَتَحْنَا عَلَيْهِمْ أَبْوَٰبَ كُلِّ شَىْءٍ حَتَّىٰٓ إِذَا فَرِحُوا۟
بِمَآ أُوتُوٓا۟ أَخَذْنَٰهُم بَغْتَةً فَإِذَا هُم مُّبْلِسُونَ ﴿٤٤﴾

artinya : "Maka tatkala mereka melupakan peringatan yang telah diberikan kepada mereka, Kamipun membukakan semua pintu-pintu kesenangan untuk mereka, sehingga apabila mereka bergembira dengan apa yang telah diberikan kepada mereka, Kami siksa mereka dengan sekonyong-konyong, maka ketika itu mereka terdiam putus asa. (QS.Al-An'am : 44).

Berdasarkan tentang kemajuan teknologi yang dijelaskan diatas, potongan ayat diatas merupakan salah satu ayat yang cocok digunakan utuk renungan. Dibukakan oleh Allah untuk kita semua lewat *handphone*, dimana sesuatu yang jauh menjadi dekat dan semua yang jauh pun dengan mudah kita dapatkan melalui *internet.* Allah SWT sudah menciptakan semua kemudahan ini dan Dia sudah memperingatkan bahwa kemudahan ini akan justru membuat kita sibuk.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

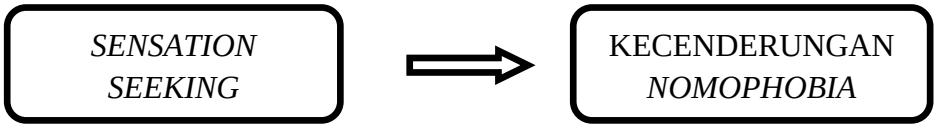
E. Kerangka Teoritik

Nomophobia (no mobile phone phobia) merupakan salah satu pobia baru yang muncul di era modern ini yang mana yakni hasil dari interaksi dari individu dengan gawai masing-masing, individu merasa takut atau cemas ketika berada jauh dari gawai atau merasa cemas ketika tidak bisa berkomunikasi dengan orang lain melalui gawai nya, dan bahkan memiliki rasa takut yang berlebih ketika tidak bisa menggunakan gawainya (Yildirim, 2014). Banyak faktor yang mempengaruhi kecenderungan *nomophobia*, salah satu faktornya yakni *sensation seeking.*

Sensation seeking (pencari sensasi) adalah kondisi dimana individu mencari pengalaman baru yang diperoleh dengan berbagai macam resiko. Seseorang yang cenderung *sensation seeking* akan mendorong dirinya berbuat suatu hal yang unik untuk dipamerkan ke dalam akun sosial medianya agar mendapat respon dari berbagai orang yang ada. Setelah mendapatkan respon yang bermacam-macam dari orang yang ada di sosial media, hal itu bisa membuat individu terkena dampak kecenderungan *nomophobia.*

Dari beberapa faktor yang mempengaruhi kecenderungan *nomophobia*, faktor *sensation seeking* merupakan salah satu faktor yang menyebabkan munculnya kecenderungan *nomophopbia*. Individu yang memiliki sikap *sensation seeking* akan mendorong rasa keinginannya untuk mencari sensasi secara terus menerus agar selalu mendapatkan perhatian dari orang lain termasuk lewat media sosial salah satunya instagram. Seseorang yang memiliki tingkat *sensation seeking* tinggi akan cenderung membuat sensasi-sensasi yang membuat adrenalin mereka terpacu. Jika tingkat *sensation seeking* pada tinggi maka dapat dikatakan juga seseorang tersebut terkena dampak mengalami kecenderungan *nomophobia*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id



Gambar 1. Kerangka teori hubungan *sensation seeking* dengan kecenderungan *nomophobia*

F. Hipotesis

Menurut Creswell (2010) mendefinisikan hipotesis merupakan pernyataan dalam penelitian kuantitatif dimana peneliti membuat dugaan atau predisi tentang hubungan antara atribut dan karakteristik. Begitu pula Hadi (1991) mendefinisikan hipotesis adalah dugaan yang mungkin salah, benar, ataupun palsu dan diterima jika fakta-fakta membenarkannya. Penerimaan atau penolakan hipotesis dengan begitu sangat bergantung pada hasil penelitian terhadap fakta-fakta yang dikumpulkan.

Hipotesa selalu dirumuskan dalam bentuk penyataan yang selalu menghubungkan dua variabel atau lebih. Setelah membahas dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini, maka peneliti membuat hipotesis dalam penelitian ini yakni:

"adanya hubungan antara *sensation seeking* dengan kecenderungan *nomophobia* pada remaja pengguna media sosial instagram di kota Surabaya".

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif merupakan metode yang menekankan pada data-data *numerical* (angka) yang diolah menggunakan metode statistik (Azwar S, 2014). Angka-angka tersebut diperoleh dari hasil skala yang diisi oleh subjek.

Desain yang digunakan pada penelitian ini adalah desain penelitian kuantitatif yang menguji teori-teori yang ada dengan meneliti variabel yang diukur dengan instrument-instrumen penelitian. Variabel yang digunakan pada penelitian ini ada dua, diantaranya yakni *Sensation Seeking* sebagai variabel bebas dan Kencenderungan *Nomophobia* sebagai variabel terikat. Oleh karena itu tujuan diadakannya penelitian ini agar mengetahui hubungan antara variabel satu dengan variabel lainnya.

B. Identifikasi Variabel

Identifikasi penelitian adalah hal pertama yang ditentukan sebelum proses pengumpulan data dilakukan. Variabel adalah konsep yang diberi lebih dari satu nilai. Variabel, saling berkaitan, saling memengaruhi satu sama lain dan berfungsi sebagai pembeda (Singarimbun & Effendi, 1989). Pada penelitian ini peneliti menggunakan dua variabel, yaitu :

a. Variabel Bebas (X) : variabel bebas atau yang biasa disebut variabel *independent* merupakan variabel yang memengaruhi atau variabel yang menjadi penyebab perubahannya variabel terikat atau *dependent*. Variabel bebas atau *independent* yang digunakan pada penelitian ini adalah *sensation seeking.*
b. Variabel Terikat (Y) : variabel terikat atau yang biasa disebut variabel *dependent* yaitu variabel yang dipengaruhi atau variabel yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (X). variabel

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

terikat atau *dependent* dari penelitian ini adalah kecenderungan *nomophobia.*

C. Definisi Operasional

1. Kecenderungan Nomophobia

   Kecenderungan *nomophobia* adalah sebuah rasa takut, gelisah, maupun cemas yang berlebihan ketika individu berada jauh dari *smartphone* ataupun ketika *smartphone* mereka mengalami masalah atau rusak.

   Untuk mengukur skala *nomophobia* yakni menggunakan skala NMP-Q (*Nomophobia Questionnere*) yang diadopsi dari peneitian Ria Anggaraini Sihombing (2018). terdapat empat dimensi dalam pengukuran skala NMP-Q yakni tidak dapat berkomunikasi (*not being able to communicate*), kehilangan konektivitas (*losing connectedness*), tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*), dan memberi kenyamanan (g*iving up convenience*).

2. Sensation Seeking

   Sensation seeking adalah suatu perilaku pencarian pengalaman baru dengan resiko fisik, sosial, hukum, maupun finansial. Dalam mengukur skala *sensation seeking* terdapat empat dimensi,yakni perilaku impulsive atau *disinhibition* (DIS), mencari kesenangan dan petualangan atau *thrill and adventure seeking* (TaS), mencari pengalaman atau *experience seeking* (ES), rentan akan rasa bosan atau *boredom susceptibility* (BS).

D. Populasi, Sampel, Tenik Sampling

1. Populasi

   Populasi merupakan suatu daerah generalisasi yang terdiri dari subyek dan obyek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan menyimpulkan (Sugiono, 2012). Berdasarkan pendapat dari Noor (2011), populasi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

digunakan untuk menyebutkan semua instrumen ataupun anggota dari suatu wilayah yang menjadi sasaran penelitian atau sasaran dari seluru subyek penelitian. Remaja yang digunakan pada penelitan ini adalah remaja dengan usia 15-19 tahun. Menurut data dari Badan Pusat statistik (BPS) (2019) tercatat bahwa remaja 15-19 tahun berjumlah 14.172 orang dimana pada *range* usia tersebut merupakan tertinggi dalam menggunakan *smartphone* di Kecamatan Karangpilang. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2019) maka populasi dari penelitian ini adalah 14.172 atau dibulatkan menjadi 14.000 responden di Kecamatan Karangpilang, Surabaya Selatan.

2. Sampel

Arikunto (2006) menjelaskan bahwa sampel adalah sebagian awal dari populasi yang ingin di teliti. Sampel merupakan sebagian karakteristik dan jumlah yang dimiliki leh populasi. Menurut Sugiyono (2015) jika populasi yang didapat besar dan tidak memungkinkan untuk dipelajari dari jumlah keseluruhan populasi, misalkan karena dana,waktu, dan tenaga, maka peneliti bisa menggunakan sampel yang diambil dari populasi tersebut. Sehingga sampel dapat diambil dari populasi yang benar-benar mewakili.

Menurut Roscue (dalam Sugiyono, 2015) ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah lebih dari 30 dan kurang dari 500 sampel. Dalam penelitian ini, sampel yang digunakan oleh peneliti yaitu sebanyak 60 sampel remaja dengan rentang usia 15 hingga 19 tahun, pengguna smartphone, pengguna media sosial instagram, dan warga kecamatan Karangpilang.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling adalah teknik dalam memilih sampel yang digunakan pada penelitian (Sugiyono, 2015). Ada beberapa macam teknik sampling yang bisa digunakan. Teknik yang digunakan dalam

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penelitian ini yaitu mnggunakan teknik *non probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*.

Menurut Barbie (dalam Creswell,2010) teknik *non probability sampling* merupakan proses pemilihan individu sebagai responden atau sampel berdasarkan ketesediaan dan kemudahannya. Sedangkan *purposive sampling* menurut Sugiyono (2015) adalah teknik pengambilan sampel dari populasi dengan pertimbangan tertentu. Data diambil dengan mempertimbangkan kriteria yang sudah ditentukan sesuai dengan kebtuhan penelitian, seperti :

a. Remaja usia 15 hingga 19 tahun
b. Pengguna *smartphone*
c. Pengguna media sosial instagram
d. Warga Kecamatan Karangpilang

E. Instrumen Penelitian

Instrument penelitian yang akan digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan skala. Skala adalah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh infomasi dari responden. Azwar (2012) menyatakan bahwa data yang diperoleh dari skala adalah deskripsi aspek kepribadian individu seperti sikap, religiusitas, konsep diri, dan lain-lain. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *likert*. Skala *likert* digunakan untu mengkur pendapat, sikap, dan persepsi fenomena sosial (Sugiyono, 2015). Model skala *likert* ini menggunakan jawaban yaitu Sangat Setuju(SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Berikut adalah tabel sistem penilaian dari skala likert :

Tabel 3.1
Skala Likert

Respon	***Favorable***	***Unfavorable***
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Pada penelitian ini peneliti menggunakan dua alat ukur yang keduanya di adaptasi dari beberapa penelitian sebelumnya dimana skala sudah lolos uji validitas dan reliabilitas nya yaitu skala NMP-Q (*nomophobia Questionnaire*) yang digunakan untuk mengambil data dari kecenderungan *nomophobia* dan skala *sensation seeking* untuk mengukur *sensation seeking*.

1. Skala Kecenderungan Nomophobia

   a. Alat Ukur

   Skala kecenderugan *nomophobia* ini diukur berdasarkan empat aspek yaitu tidak dapat berkomunikasi (*not being able to communicate*), kehilangan konektivitas (*losing connectedness*), tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*), dan menyerah pada kenyamanan (g*iving up convenience*).

Tabel 3.2
Blueprint skala Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		F	UF	
1	Tidak dapat berkomunikasi (*not being able to communicate*)	11,12,13,14,10,15		6
2	Kehilangan konektivitas (*losing connectedness*)	16,17,18,19,20		5
3	Tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*)	4,2,3,1		4

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4	Menyerah pada kenyamanan (*giving up convenience*)	7,5,6,8,9	5
	TOTAL		20

Skala kecenderungan *nomophobia* memiliki aitem berjumlah 20 aitem *favorable* tanpa ada aitem yang *unfavorable*.

b. Validitas

Validitas adalah sebuah indeks yang menunjukkan akurasi instrumen di dalam alat ukur yang digunakan pada penelitian. Azwar (2014) menyatakan bahwa alat ukur dapat dinyatakan valid jika sudah akurat dalam melakukan pengukuran. Pengujian validitas pada item pada skala yang digunakan pada penelitian ini akan diuji dengan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* dengan menggukanan bantuan program SPSS versi 23.

Penilaian dari uji validitas ini dibandingkan dengan nilai r tabel yang sudah dihitung berdasarkan subyek dikurangi 2 dan dengan signifikansi 5% (Muhid, 2019). Subyek dalam penelitian ini berjumlah 60 orang, tiap item dibandingkan dengan r tabel (N-2) yang diketahui N=60, jadi df 60-2=58, dengan hasil r tabel sebesar 0,254. Item dinyatakan valid jika r hitung >0,245. Uji validitas ini dilakukan sebanyak dua kali putaran. Berikut adalah tampilan tabel uji validitas dari skala *nomophobia.*

Tabel 3.3
uji validitas *nomophobia*

No Aitem	r hitung	r tabel	valid/tidak valid
1	0,353	0,254	Valid
2	0,436	0,254	Valid
3	0,706	0,254	Valid
4	0,564	0,254	Valid
5	0,694	0,254	Valid
6	0,501	0,254	Valid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

7	0,555	0,254	Valid
8	0,624	0,254	Valid
9	0,510	0,254	Valid
10	0,466	0,254	Valid
11	0,413	0,254	Valid
12	0,598	0,254	Valid
13	0,652	0,254	Valid
14	0,627	0,254	Valid
15	0,414	0,254	Valid
16	0,362	0,254	Valid
17	0,654	0,254	Valid
18	0,649	0,254	Valid
19	0,435	0,254	Valid
20	0,467	0,254	Valid

Berdasarkan tabel yang ada diatas, maka dapat disimpulkan dari total 20 aitem dinyatakan valid. Sehingga dapat langsung dilanjutkan ke tahap selanjutnya.

Tabel 3.4

Blueprint skala *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) setelah aitem digugurkan

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		F	UF	
1	Tidak dapat berkomunikasi (*not being able to communicate*)	11,12,13,14,10,15		6
2	Kehilangan konektivitas (*losing connectedness*)	16,17,18,19,20		5
3	Tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*)	4,2,3,1		4
4	Menyerah pada kenyamanan (*giving up convenience*)	7,5,6,8,9		5
	TOTAL			20

*aitem yang berwarna merah merupakan aitem yang tidak valid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan indeks yang digunakan untuk menunjukkan sejauh mana instrument dapat dipercaya dan diandalkan. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan konsistensi internal yakni teknik Croanbach's alpha coefficient. Untuk mendapatkan hasil reliabilitas ini dibantu dengan menggunakan system analisis data SPSS versi 20.

Koefisien reliabilitas berada pada nilai 0 sampai dengan 1. Semakin hasil reliabilitas mendekati angka 1 maka instrument yang digunakan maka semakin reliabel, sedangkan semakin mendekati angka 0 atau bahkan minus maka semakin rendah reliabilitasnya. Penelitian ini menggunakan tingkat signifikansi sebesar 5% dan subyek penelitian ini berjumlah 60 orang, sehingga berdasarkan r tabel *product moment*, maka nilai r adalah 0,254.

Tabel 3.5
Hasil Uji Reliabilitas *Nomophobia*

Cronbach's Alpha	N of Items
0,868	20

Berdasarkan tabel diatas, maka nilai koefisien *cronbach's alpha* adalah 0,868 setelah dilakukan uji validitas sebanyak dua kali. Dari hasil nilai *cronbach's alpha* lebih dari nilai r *product moment* sehingga dapat dikatakan reliabel.

2. Skala Sensation Seeking

a. Alat Ukur

Alat ukur skala *sensation seeking* yang digunakan pada peneliian ini adalah adaptasi dari penelitian Ria Anggrini yang telah dimodifikasi dari alat ukur *Sensation Seeking Scale Form V* oleh Zuckerman (1978). Skala *sensation seeking* ini diukur berdasarkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

empat aspek yaitu mencari pengalaman atau *experience seeking* (ES), Mencari petualangan dan kesenangan atau *Thrill and Adventure Seeking* (TaS), Perilaku Impulsif atau *Disinhibition* (DIS), Rentan Akan Rasa Bosan atau *Boredom Susceptibility* (BS).

Tabel 3.6
Blueprint skala *Sensation Seeking.*

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		F	UF	
1	Mencari Pengalaman (*Experience Seeking*)	2,6,10,18,25	14,22,28	8
2	Mencari Petualangan Dan Kesenangan (*Thrill and Adventure Seeking*)	1,9,17	5,13,21,27	7
3	Perilaku Impulsif (*Disinhibition*)	3,11,19	7,15,23	6
4	Rentan Akan Rasa Bosan (*Boredom Susceptibility*)	4,12,20,26,29	8,16,24	8
	TOTAL			29

b. Validitas

Validitas adalah sebuah indeks yang menunjukkan akurasi instrumen di dalam alat ukur yang digunakan pada penelitian. Azwar (2014) menyatakan bahwa alat ukur dapat dinyatakan valid jika sudah akurat dalam melakukan pengukuran. Pengujian validitas pada item pada skala yang digunakan pada penelitian ini akan diuji dengan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* dengan menggukanan bantuan program SPSS versi 23.

Penilaian dari uji validitas ini dibandingkan dengan nilai r tabel yang sudah dihitung berdasarkan subyek dikurangi 2 dan dengan signifikansi 5% (Muhid, 2019). Subyek dalam penelitian ini

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berjumlah 60 orang, tiap item dibandingkan dengan r tabel (N-2) yang diketahui N=60, jadi df 60-2=58, dengan hasil r tabel sebesar 0,254. Item dinyatakan valid jika r hitung >0,245. Uji validitas ini dilakukan sebanyak dua kali putaran. Berikut adalah tampilan tabel uji validitas dari skala *sensation seeking.*

Tabel 3.7
Hasil Uji Validitas *Sensation Seeking*

No Aitem	r hitung	r tabel	valid/tidak valid
1	0,637	0,254	VALID
2	0,390	0,254	VALID
3	0,609	0,254	VALID
4	0,241	0,254	TIDAK VALID
5	0,296	0,254	VALID
6	0,264	0,254	VALID
7	0,145	0,254	TIDAK VALID
8	0,260	0,254	VALID
9	0,452	0,254	VALID
10	0,194	0,254	TIDAK VALID
11	0,238	0,254	TIDAK VALID
12	0,256	0,254	VALID
13	0,458	0,254	VALID
14	0,097	0,254	TIDAK VALID
15	0,347	0,254	VALID
16	0,393	0,254	VALID
17	0,507	0,254	VALID
18	0,238	0,254	TIDAK VALID
19	0,262	0,254	VALID
20	-0,089	0,254	TIDAK VALID
21	0,204	0,254	TIDAK VALID
22	0,308	0,254	VALID
23	0,270	0,254	VALID
24	0,230	0,254	TIDAK VALID
25	0,364	0,254	VALID
26	0,305	0,254	VALID
27	0,253	0,254	TIDAK VALID
28	0,457	0,254	VALID
29	0,064	0,254	TIDAK VALID

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulakan dari jumlah 29 aitem terdapat 11 aitem yang tidak valid diantaranya yaitu aitem 4,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

7, 10, 11, 14, 18, 20, 21, 24, 27, 29. Jumlah aitem valid menjadi 18 aitem valid. Varibel *sensation seeking* dinyatakan valid karena dari 18 aitem yang valid sudah memenuhi indikator masing-masing. Berikut ini merupakan lampiran *blueprint* skala *sensation seeking* yang sudah dihilangkan aitem yang tidak valid.

Tabel 3.8
Blueprint skala *Sensation Seeking* setelah aitem digugurkan

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		F	UF	
1	Mencari Pengalaman (*Experience Seeking*)	2,6,*10,*18,25	*14,22,28	8
2	Mencari Petualangan Dan Kesenangan (*Thrill and Adventure Seeking*)	1,9,17	5,13,*21,*27	7
3	Perilaku Impulsif (*Disinhibition*)	3,*11,19	*7,15,23	6
4	Rentan Akan Rasa Bosan (*Boredom Susceptibility*)	*4,12,*20,26,*29	8,16,*24	8
	TOTAL			29

*aitem berwarna merah adalah aitem yang tidak valid

c. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan indeks yang digunakan untuk menunjukkan sejauh mana instrument dapat dipercaya dan diandalkan. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan konsistensi internal yakni teknik Croanbach's alpha coefficient. Untuk mendapatkan hasil reliabilitas ini dibantu dengan menggunakan system analisis data SPSS versi 23.

Koefisien reliabilitas berada pada nilai 0 sampai dengan 1. Semakin hasil reliabilitas mendekati angka 1 maka instrument yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

digunakan maka semakin reliabel, sedangkan semakin mendekati angka 0 atau bahkan minus maka semakin rendah reliabilitasnya. Penelitian ini menggunakan tingkat signifikansi sebesar 5% dan subyek penelitian ini berjumlah 60 orang, sehingga berdasarkan r tabel *product moment,* maka nilai r adalah 0,254.

Tabel 3.9
hasil uji reliabilitas skala *sensation seeking*

Cronbach's Alpha	N of Items
0,717	18

Berdasarkan tabel diatas, maka nilai koefisien *cronbach's alpha* adalah 0,717. setelah dilakukan uji validitas sebanyak dua kali. Dari hasil nilai *cronbach's alpha* lebih dari nilai r *product moment* sehingga dapat dikatakan reliabel.

F. Analisis Data

Penelitian ini diadakan untuk membuktikan ada atau tidaknya hubungan antara *sensation seeking* dengan kecenderungan *nomophobia* pada individu dengan menggunakan metode korelasi *product moment*. Metode ini digunakan pada penelitian ini sebagai tujuan untuk menguji korelasi antara *Sensation Seeking* (Variabel X) dengan Kecenderungan *Nomophobia* (Variabel Y). Untuk pengujian hipotesis *product moment* dalam penelitian ini menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Packages for Social Sciences*) *vers* 23 *for Windows*.

Analisis *product moment* merupakan salah satu uji statistic parametric yang bisa dilakukan jika data yang telah terkumpul memiliki skor yang normal, dan antara variabel penelitian memiliki hubungan yang linear. Oleh karena itu, sebelum dilakukan uji analisa *product moment* data yang telah dikumpulkan dilakukan uji prasyarat, yang menyangkut uji normalitas dan uji linieritas.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

1. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan salah satu uji prasyarat sebelum melakukan uji koefisien korelasi. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang diteliti berdistribusi normal atau tidak. Kaidah yang digunakan pada uji normalitas ini adalah jika nilai signifikansi (Sig.) >0,05 maka data yang diteliti dianggap berdistribusi normal. Begitupun sebaliknya, jika nilai signifikansi (Sig.) <0,05 maka dikatakan data yang diteliti tidak berdistribusi normal.

2. Uji Linearitas

Uji liniearitas merupakan salah satu uji prasyarat sebelum melakukan uji koefisien korelasi. Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah variabel yang diteliti memiliki hubungan yang liniear atau tidak ada hubungan yang linear. Uji linear ini juga memberikan informasi terkait status linear atau tidaknya dari suatu distribusi data pada penelitian (Winarsunu,2015).

Kaidah yang digunakan pada uji linearitas yaitu jika diketahui nilai signifikasni (Sig.) >0,05 maka variabel yang diteliti memiliki hubungan yang linear, sedangkan jika diketahui nilai signifikasni (Sig.) <0,05 maka variabel yang diteliti tidak memiliki hubungan yang linear.

Setelah mengetahui hasil dari uji normalitas dan linearitas memenuhi standar dari kaidah-kaidah yang ada, maka penelitian dapat dilanjutkan ke tahap selanjutnya yakni uji hipotesis atau uji korelasi *product moment*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

   Pada persiapan dan pelaksanaan penelitian ini akan menunjukkan proses bagaimana terbentuknya hasil penelitian ini dari awal hingga selesai penelitian ini disusun. Berikut adalah penjelasan secara rinci proses perencanaan dan pelaksanaan penyususan penelitian ini :

   a. Peneliti mencari fenomena di lingkungan sekitar untuk dijadikan acuan pada penelitian ini.
   b. Peneliti menemukan fenomena dan membuat fenomena tersebut menjadi variabel Y
   c. Peneliti mencari jurnal-jurnal referensi yang sesuai dengan variabel Y untuk mencari dan menemukan variabel X.
   d. Peneliti mengonfimasi hasil variabel dan rencana subyek yang diteliti kepada dosen pembimbing.
   e. Peneliti menyusun concept note setelah dosen pembimbing memberikan acc pada variabel dan subyek yang diajukan.
   f. Setelah hasil concept note keluar, peneliti langsung konsultasi dengan dosen pembimbing.
   g. Peneliti menyusun proposal skripsi dengan arahan dosen pembimbing.
   h. Peneliti melakukan seminar proposal dan merevisi beberapa poin yang diajukan oleh penguji.
   i. Peneliti mengumpulkan data dengan cara menyebarkan kuesioner penelitian kepada responden yang dibutuhkan.
   j. Setelah data terkumpul peneliti melakukan input data yang diperoleh dari hasil kuesioner dengan menggunakan Ms. Excel.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

k. Setelah input data pada excel peneliti langsung menganalisis data menggunakan SPSS ver.20.

l. Setelah mendapatkan hasil analisis data, peneliti melanjutkan meulis laporan penelitian yang sesuai dengan hasil analisis data yang didapat hingga selesai.

2. Deskripsi Hasil Penelitian

a. Deskripsi Subyek Penelitian

Subyek yang digggunakan pada penelitian ini adalah remaja yang berasal dari kota Surabaya berusia 12 hingga 18 tahun dan menggunakan sosial media instagram. Dari kriteria yang disebutkan diatas, peneliti mendapatkan responden dengan jumlah 60 orang. Peneliti mengambil subyek dengan teknik *non probabiliy sampling* dengan cara *purposive sampling.*

1) Deskripsi Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.1
Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-Laki	23 orang	38%
Perempuan	37 orang	62%

Pada tabel yang sudah tertera diatas bisa dilihat bahwa data deskriptif kedua variabel dengan klasifikasi berdasarkan jenis kelamin subyek. Hasil data dari kedua variabel dalam penelitian ini yakni, *sensation seeking* dan kecenderungan *nomophobia.* Dari total subyek 60 orang didapatkan subyek dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 23 orang subyek dengan jumlah presentase 38%. Sedangkan pada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

subyek yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 37 orang sbuyek dengan jumlah presentase 62%.

2) Deskripsi Subyek Berdasarkan Usia

Tabel 4.2
Deskripsi Usia Subyek

Usia	Jumlah	Presentase
16 tahun	14 orang	23%
17 tahun	32 orang	54%
18 tahun	14 orang	23%

Berdasarkan tabel yang ada diatas didapatkan hasil 3 tentang usia dari 60 subyek yang dibutuhkan dengan tingkat usia 16 tahun, 17 tahun, dan 18 tahun. Subyek yang berusia 16 tahun ini berjumlah 14 orang subyek dengan presentase 23%. Lalu pada subyek yang berusia 17 tahun terdapat 32 orang subyek dengan presentase 54%. Begitupula pada subyek yang berusia 18 tahun yang memiliki jumlah 14 orang subyek yang presentasenya 23%.

b. Deskripsi Data Statistik

Tabel 4.3
Data Statistik

	N	Range	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Sensation Seeking	60	32	24	56	40,04	6,205
Kecenderungan Nomophobia	60	45	35	80	56,48	8,621

Berdasarkan Tabel diatas ditemukan bahwa data dari dua variabel yakni *sensation seeking* dan kecenderungan *nomophobia* dengan jumlah subyek 60 orang yang dijabarkan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sebagai berikut. Pada skala *sensation seeking* yang jumlah total subyek 60 orang ditemukan hasil *range* sebesar 32, nilai minimal sebesar 24, nilai maksimal sebesar 56, nilai rata-rata sebesar 40,04, dan nilai standar deviasi sebesar 6,205.

Sedangkan pada skala kecenderungan *nomophobia* yang jumlah total subyek 60 orang ditemukan hasil nilai *range* sebesar 45, nilai minimal sebesar 35, nilai maksimal sebesar 80, nilai rata-rata sebesar 56,48, dan nilai satndar deviasi sebesar 8,621.

Setelah melakukan analisis deskripsi yang sudah dijabarkan diatas, kita juga dapat mengetahui kategori apakah subjek memiliki tingkat *sensation seeking* tinggi, sedang, ataupun rendah. Begitupun dengan tingkat kecenderungan *nomophobia* kita bisa melihat kategori apakah subyek memiliki kategori tinggi, sedang, ataupun rendah. Berikut adalah rumus untuk melihat kategori subyek.

1) Kategori Tinggi

   Rumus untuk kategori tinggi adalah $M + SD \leq X$, sehingga diperoleh kategori dalam *sensation seeking* adalah $45 + 9 \leq X$. jadi $54 \leq X$.

2) Kategori Sedang

   Rumus untuk kategori sedang adalah $M – SD \leq X \leq M + SD$, sehingga diperoleh kategori dalam *sensation seeking* adalah $45 – 9 \leq X \leq 45 + 9$. Jadi $36 \leq X \leq 54$.

3) Kategori Rendah

   Rumus untuk kategori rendah adalah $X < M – SD$, sehingga diperoleh kategori dalam *sensation seeking* adalah $X < 45 – 9$. Jadi $X < 36$.

Sedangkan untiuk variabel kecenderungan *nomophobia* adalah sebagai berikut.

1) Kategori Tinggi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Rumus untuk kategori tinggi adalah M + SD ≤ X, sehingga diperoleh kategori dalam kecenderungan *nomophobia* adalah 50 + 10 ≤ X. jadi 60 ≤ X.

2) Kategori Sedang

Rumus untuk kategori sedang adalah M – SD ≤ X ≤ M + SD, sehingga diperoleh kategori dalam kecenderungan *nomophobia* adalah 50 – 10 ≤ X ≤ 50 + 10. Jadi 40 ≤ X ≤ 60.

3) Kategori Rendah

Rumus untuk kategori rendah adalah X < M – SD, sehingga diperoleh kategori dalam kecenderungan *nomophobia* adalah X < 50 – 10. Jadi X < 40.

Berikut adalah tabel dari deskripsi kategori subyek berdasarkan skor standar yang telah dihitung menggunakan rumus yang ditentukan untuk masing-masing variabel dalam penelitian ini.

Tabel 4.4
Kategorisasi dan iterpretasi *sensation seeking.*

Rumus	Norma	Frekuensi	Presentase	Keterangan
M + SD ≤ X	54 ≤ X	2	3,3%	Tinggi
M – SD ≤ X ≤ M + SD	36 ≤ X ≤ 54	46	76,7%	Sedang
X < M – SD	X < 36	12	20%	Rendah

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa pada tingkat *sensation seeking* yang berada pada kategori tinggi berjumlah 2 orang dengan presentase 3,3%. Pada kategori sedang berjumlah 46 orang dengan presentase 76,7%. Sedangkan dalam kategori rendah terdapat 12 orang dengan presentase 20%.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.5
kategorisasi dan interpretasi kecenderungan *nomophobia*

Rumus	Norma	Frekuensi	Presentase	Keterangan
M + SD ≤ X	60≤ X	20	33,3%	Tinggi
M – SD ≤ X ≤ M + SD	40 ≤ X ≤ 60	39	65%	Sedang
X < M – SD	X < 40	1	1,7%	Rendah

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa pada tingkat kecenderungan *nomophobia* yang berada pada kategori tinggi berjumlah 20 orang dengan presentase 33,3%. Pada kategori sedang berjumlah 39 orang dengan presentase 65%. Sedangkan pada kategori rendah berjumlah 1 orang dengan presentase 1,7%.

B. Pengujian Hipotesis

Penelitian Kuantitatif pada dasarnya dilakukan untuk menguji sebuah dugaan sementara atau hipotesis yang ada pada rumusan masalah penelitian. Begitupula pada penelitian ini yang dimana hipotesis yang berlaku adalah adanya hubungan antara *sensation seeking* dengan kecenderungan *nomophobia* pada remaja di kota Surabaya.

Pada proses analisis uji hipotesis pada penelitian yang bersifat korelatif, perlu diketahui tingkat koefisien korelasi data hasil penelitian. Tetapi, sebelum menentukan tingkat koefisien korelasi data penelitian, harus melakukan uji asusmsi prasyarat pada data penelitian. Adapun beberapa uji prasyarat yang diperlukan ialah uji normalitas yang digunakan untuk mengetahui normalitas sebaran skor data penelitian, dan uji linieritas yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan linier pada variabel.

1. Uji Prasyarat
   a. Uji Normalitas

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normalitas semua skor pada variabel penelitian, dan apabila terdapat hal yang menyimpang diketahui sejauh mana penyimpangan tersebut. Apabila signifikansi (sig.) lebih besar dari 0,05 maka skor variabel dinyatakan normal. Begitupun sebaliknya jika signifikansi (sig.) lebih kecil dari 0,05 maka variabel dinyatakan tidak normal.

Tabel 4.6

Hasil Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		60
Normal Parameters[a,b]	Mean	0E-7
	Std. Deviation	8,60042555
Most Extreme Differences	Absolute	,056
	Positive	,056
	Negative	-,038
Kolmogorov-Smirnov Z		,436
Asymp. Sig. (2-tailed)		,991
a. Test distribution is Normal.		

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa data variabel *sensation seeking* dan kecenderungan *nomophobia* mendapatkan nilai signifikansi (sig) sebesar 0,991 > 0,05 sehingga data tersebut dikatakan memenuhi analisis uji normalitas.

b. Uji Linieritas

Uji Linearitas bisa dlakukan pada data penelitian yang sudah dikumpulkan dari variabel yang saling berhubungan untuk bisa mengetahui apakah kedua variabel yang akan diuji memiliki korelasi (*sensation seeking* dan kecenderungan *nomophobia*) hubungan linier atau tidak linier.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Adapun kaidah yang diberlakukan pada uji lineraitas yakni apabila nilai signifikansi (sig) lebih >0,05 maka kedua variabel yang diteliti memiliki hubungan linier. Begitupun sebaliknya, jika nilai signifikasni (sig) <0,05 maka kedua variabel yang diteliti tidak memiliki hubungan linier.

Tabel 4.7
Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecenderungan Nomophobia * Sensation Seeking	Between Groups	(Combined)	2052,400	23	89,235	1,377	,190
		Linearity	20,911	1	20,911	,323	,573
		Deviation from Linearity	2031,489	22	92,340	1,425	,169
	Within Groups		2332,583	36	64,794		
	Total		4384,983	59			

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa variabel *sensation seeking* dan kecenderungan *nomophobia* memiliki nilai signifikansi (sig) sebesar 0,169 > 0,05 maka dapat dinyatakan bahwa ada hubungan linear secara signifikan antara variabel *sensation seeking* (X) dengan kecenderungan *nomophobia* (Y).

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesisi dilakukan untuk membuktikan adanya hubungan antara *sensation seeking* dengan kecenderungan *nomophibia.* Uji Hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *product moment* (*Pearson*) dengan bantuan program SPSS *for windows* 20. Pengambilan keputusan pada uji hipotesis apabila nilai signifikansi < 0,05 maka ada korelasi, begitupun sebaliknya jika nilai signifikansi > 0,05 maka tidak ada korelasi. Pedoman tingkat hubungan dapat dinyatakan melalui penjelasan yang ada di bawah ini :

Nilai Pearson Correlation 0,00-0,20 = tidak ada korelasi

Nilai Pearson Correlation 0,21-0,40 = korelasi lemah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Nilai Pearson Correlation 0,41-0,60 = korelasi sedang

Nilai Pearson Correlation 0,61-0,80 = korelasi tingi

Nilai Pearson Correlation 0,81-1,00 = korelasi sempurna

Hasil uji korelasi *product moment* untuk menguji hipotesis pada penelitian ini bisa dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.8
Uji *Product Moment*

Correlations

		Sensation Seeking	Kecenderungan Nomophobia
Sensation Seeking	Pearson Correlation	1	-,069
	Sig. (2-tailed)		,600
	N	60	60
Kecenderungan Nomophobia	Pearson Correlation	-,069	1
	Sig. (2-tailed)	,600	
	N	60	60

Berdasarkan data dari hasil analisis data yang diperoleh pada tabel uji korelasi *product moment* diatas menunjukkan bahwa penelitian yang telah dilakukan pada 60 orang subyek yang memiliki kriteria rentang usia 15-19 tahun, berasal dari kota Surabaya, dan menggunakan media sosial instagram. Hasil yang yan diperoleh dari uji analisis korelasi yang ada pada tabel menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,69 dengan siginifikansi (Sig.) 0,600 yang artinya tidak ada hubungan antara *sensation seeking* dengan kecenderungan *nomophobia.* Jenis hubungan pada kedua variabel ini adalah negatif yang artinya semakin tinggi *sensation seeking* maka semakin rendah kecenderungan *nomophobia.* Dengan hasil yang diperoleh ini, maka hipotesis yang diajukan ditolak. Hal itu terjadi karena tidak adanya hubungan antara dua variabel tersebut.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil penilitian yang telah diuji, dianalisis dengan menggunakan uji korelasi *product moment* (*pearson),* diketahui bahwa nilai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

signifikansi dari uji korelasi tersebut adalah 0,600 dan nilai koefisiennya -0,69 yang menunjukkan nilai signifikansi lebih dari 0,05 (>0,05). Sehinga dapat dikatakan hipotesis ditolak atau bisa dikatakan tidak ada hubungan antara *sensation seeking* dengan kecenderungan *nomophobia* dengan jenis hubungan dari kedua variabel ini adalah negatif.

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini berbeda dengan penelitian yang serupa yang dilakukan oleh Ria Anggraini pada tahun 2018 dengan judul Hubungan Antara *Sensation Seeking* dengan Sikap Terhadap *Nomophobia.* Pada penelitian yang diteliti oleh Ria Anggraini tersebut memiliki hasil nilai koefisien r_{xy} = -0,198 dengan nilai signifikansi 0,037 yang menunjukkan nilai signifikansi kurang dari 0,05 (< 0,05). Sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *sensation seeking* dan sikap terhadap *nomophobia*, yang berarti semakin tinggi *sensation seeking* maka semakin rendah sikap terhadap *nomophobia*, begitupula sebaliknya. Dari hasil yang berbeda dari penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Ria Anggraini dibedakan oleh subyek yang diambil. Dimana pada penelitian yang dilakukan oleh Ria Anggraini menggunakan subyek mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang angkatan 2016 dan 2017, sedangkan peneliti mengunakan subyek remaja Surabaya dengan usia 12-18 tahun. Sehingga memiki perbedaan dalam hasil penelitian yang ada.

Dari hasil ditolaknya hipotesis bisa dikarenakan adanya faktor-faktor lain yang bisa berperan hasil tinggi rendahya atau ada tidaknya *sensation seeking.* Faktor-faktor yang memengaruhi *sensation seeking* pada seseorang yang dijelaskan oleh Zuckerman (1994) yakni faktor herediter dan faktor lingkungan. Untuk faktor herediter merupakan faktor utama yang diprediksi menjadi faktor utama yang mendukung munculnya *trait sensation seeking* pada individu. Pada penelitiannya Zukcerman mengindikasikan adanya faktor gen yang memengaruhi susunan dan kondisi biologis sehingga mendorong individu memiliki kecenderungan untuk mencari sensasi pada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dirinya. Oleh karena itu faktor herediter diprediksi akan memberikan pengaruh sebesar 60% pada seseorang untuk memiliki kebutuhan *arousal* dan sensasi yang tinggi pada dirinya.

Faktor lingkungan juga memengaruhi dan mengajarkan individu untuk menyukai perilaku dan mencari sensasi tertentu. Faktor sosial atau lingkungan ini diprediksi akan memberikan pengaruh sebesar 40% pada individu untuk terstimulus dalam memiliki *trait sensation seeking* dan kebutuhan sensasi lainnya.

Tidak adanya hubungan pada penelitian ini juga dikarenakan ada beberapa faktor lain dari kecenderungan *nomophobia* yang lebih mendukung daripada faktor *sensation seeking* ini. Seperti yang dinyatakan oleh Yuwanto (2010) bahwa ada beberapa faktor penyebab terjadinya kecenderungan *nomophobia* antara lain faktor internal, eksternal, situasional, dan sosial. Faktor internal berkaitan dengan karakteristik individu seperti adanaya *sensation seeking* yang tinggi, *self esteem* yang rendah, habit yang tinggi, dan sebagainya. Faktor eksternal yaitu faktor yang disebabkan oleh pengaruh dari luar seperti paparan media tentang *smartphone* dan hadirnya aplikasi yang menyenangkan. Faktor situasional adalah faktor yang menyebabkan individu mengalami kecenderungan *nomophobia* pada situasi tertentu seperti stres, kesedihan, kesepian, isolasi, kecemasan, maupun *leisure boredom*. Kemudian faktor sosial adalah faktor yang menjadikan *smartphone* sebagai alat komunikasi untuk sarana menjaga kontak dan berinteraksi dengan orang lain karena *smartphone* menjadi salah satu alat komunikasi yang memudahkan individu untuk berkomunikasi tanpa bertatap muka secara langsung.

Hal ini dibuktikan pada data hasil yang diperoleh pada penelitian ini, remaja memiliki tingkat *nomophobia* sedang dengan tingkat presentase sebesar 65%. Hasil itu menunjukkan bahwa remaja memiliki *not being able to communicate, mot being able to acces information, losing connectedness,*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dan *givin up convenience* pada tingkat sedang. Sedangkan hasil data *sensation seeking* pada remaja pada tingkat sedang dengan presentase 76,7%. Hasil itu menunjukkan bahwa remaja memiliki perilaku impulsif (*disinhibition*), mencari petualangan dan kesenangan (*thrill and adventure seeking*), mencari pengalaman (*experience seekingi*), rentan akan rasa bosan (*boredom susceptibility*) pada tingkat yang sedang.

Dari hasil yang ditunjukkan pada analisis data yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara *sensation seeking* dengan kecenderungan *nomophobia* pada remaja di kota Surabaya. Adapun keterbatasan pada penelitian ini yaitu pada saat pengambilan data masih banyak responden yang tidak serius dalam mengisi kuesioner skala peneletian ini, beberapa responden kurang memahami kata-kata yang ada pada kuesioner yang dibagikan sehingga menjawab dengan seadanya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilalui, hasil dan pembahasan yang telah dijelaskan menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara *sensation seeking* dengan kecenderungan *nomophobia* pada remaja di kota Surabaya dengan jenis hubungan yang negatif. Hal ini dapat dikatakan dikarenakan dari hasil uji hipotesis korelasi *product moment Pearson* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,600 < 0,05 dan nilai koefisien korelasi sebesar -0,69.

B. Saran

1. Bagi Remaja

   Bagi seluruh remaja diharapkan untuk mengunakan *smartphone* dengan positif dan sesuai dengan rentang usia, agar bisa berguna denan baik dan lebih menyalurkan hobi atau kegiatan yang positif agar tidak terlalu banyak menggunakan *smartphone*.

2. Bagi Orang Tua

   Bagi orang tua agar lebih memerhatikan kegiatan anak-anaknya apalagi pada masa remaja terutama dalam hal menggunakan *smartphone*, karena pada masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Untuk peneliti selanjutnya lebih memerhatikan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi *nomophobia* dan bisa menambah variabel. Jika meneliti topik yang sama diharapkan melengkapi dan menggunakan subyek yang berbeda.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Aftinayah. 2013. *Pengaruh sensation seeking dan konformitas teman sebaya terhadap kecenderungan berperilaku bullying siswa SMK Triguna.* Skripsi.

Amanta, F. (2009). Hubungan *sensation seeking* dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Jakarta. *Skripsi.* Universitas Islam Negeri Jakarta.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). (2012). *Profil Pengguna Internet Indonesia, Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.* Diunduh dari https://dailysocial.id/post/apjii-survei internet-indonesia-2017 pada tanggal 18 Februari 2020.

Azwar, Syaifuddin. 2014. *Penyusunan Skala Psikologi.* Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Bhatia, M. S. (2008). Cell phone dependence – a new diagnostic entity. *Delhi Psychiatry Journal, 11(2),* 123-124.

Common Sense Media. (2012). Social Media, Social Life: How Teens View Their Digital Lives. *A Common Sense Media Research Study.*

Cummiskey, M. (2013). There's an App for That Smartphone Use in Health and Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*. https://doi.org/10.1080/07303084.2011.10598672

Dwiputri, M.N. (2016). Hubungan konformitas, kepercayaan diri, locus of control, strategi coping dan sensation seeking terhadap intensi menggunakan ganja dikalangan Mahasiswa di Samarinda. e*Journal Psikologi, Volume 4, Nomor 3, Hal 270-280.*

King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R., & Nardi, A. E. (2013). *Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? Computers in Human Behavior*.

King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C., Sancassiani, F., Machado, S., & Nardi, A. E. 2014. "Nomophobia": Impact of Cell Phone Use

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Interfering with Symptoms and Emotions of Individuals with Panic Disorder Compared with a Control Group. *Clinical practice and epidemiology in mental health: CP & EMH*. 10. 28-35.

Mayangsari, L. (2012). http://m.detik.com/health/read/2012/09/21/175751/2030251/736/tidak-bisa-jauh-dari-ponsel-anda-mungkin-menderitanomophobia. (Online). Dakses pada 17 Januari 2020.

Mayangsari, A.P., & Ariana, A.D. 2015. Hubungan Antara Self-Esteem dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*. 4 (3).

Muhid. A. 2019. *Analisis Statistik edisi ke 2.* Sidoarjo : Zifatma Jawara.

Muyana, S., & Widyastuti, D. A. (2017). Nomophobia (No-Mobile Phone Phobia) Penyakit Remaja Masa Kini. *Prosiding Seminar Nasional Peran Bimbingan Dan Konseling Dalam Penguatan Pendidikan Karakter*, 280–287.

Reza, J. I. (2015). *Makin banyak remaja di asia yang kecanduan smartphone.* Diunduh dari http://tekno.liputan6.com/read/2329307/makin-banyak-remaja-diasia-yang kecanduansmartphone.

Roberti, J. W. (2003). A Review of Behavioral and Biological Correlates of Sensation Seeking. *Journal of Research in Personality* 38, (256-279).

Sander, D., & Scherer, K. (2009). *Oxford of emotion and affective sciences*. New York: Oxford University Press.

Setyanti, E. P. (2015). *Google indonesia: penetrasi smartphone di dalam negeri mencapai 43%*. Diunduh dari https://id.techinasia.com/survey-google-indonesia-penetrasi-smartphonedalam-negeri.

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D.* Bandung : Penerbit Alfabeta.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Wahyudi, A. (2015). *Indonesia raksasa teknologi digital asia*. Diunduh dari http://www.tempo.co/read/kolom/2015/10/02/2310/indonesia-raksasa-teknologi-digitalasia.

Yildirim, C. (2014). "Exploring The Dimensions Of Nomophobia: *Developing And Validating A Questionnaire Using Mixed Methods Research".* Graduate Theses and Dissertations. Paper 14005.

Zuckerman, M. (1971). Dimensions of Sensation Seeking. *Journal of Counseling and Clinical Psychology* Vol.36, No.1, (45-52).

Zuckerman, M. (1994). *Behavioral Expressions and biosocial bases of sensation seeking*. New York: Cambridge University Press.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id