

**HUBUNGAN *LONELINNES* DAN *FEAR OF MISSING OUT*
DENGAN *NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA DI SURABAYA**

SKRIPSI



Vanesa Adelia Putri

11010122039

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
2026**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan *Loneliness* dan *Fear of missing out* Dengan *Nomophobia* Pada Mahasiswa di Surabaya” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Sepanjang pengetahuan saya karya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka

Surabaya, 29 Mei 2026



B6973AOX049391240
Vanesa Adelia Putri

HALAMAN PERSETUJUAN
SKRIPSI

Hubungan Lonelinnes Dan Fear Of Missing Out Dengan Nomophobia Pada
Mahasiswa Di Surabaya

Oleh:

Vanesa Adelia Putri

11010122039

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Skripsi

Surabaya, 01 Juni 2026

Dosen Pembimbing 1



Dr. Nailatin Fauziyah, S.Psi. M.Si. M.Psi. Psikolog

NIP. 197406122007102006

Dosen Pembimbing 2



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

NIP. 197209271996032002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN LONELINNES DAN FEAR OF MISSING OUT DENGAN
NOMOPHOBIA PADA MAHASISWA DI SURABAYA**

Yang Disusun oleh:
Vanesa Adelia Putri
11010122039

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada Tanggal 15 Juni 2026



Mengetahui,
Plh. Deen Fahmi, S.Ag, S.Psi, M.Si
NIP. 197708122005012004

Susunan Tim Penguji
Penguji I

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

Penguji II

Prof. Dr. Abdul Muhid, M. Si
NIP. 197502052003121002

Penguji III

H. M. Fahmi AUFAR ASYRAF, B. Ed., M. A.
NIP. 199109302020121012

Penguji IV

Funsu Andiana, M. Kes
NIP. 198710142014032002



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 : Vanesa Adelia Putri
NIM : 11010122039
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan kesehatan
E-mail address : Vputri1706@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Loneliness dan Fear of Missing Out Dengan Clomophobia
pada Mahasiswa di 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, 25 Juni 2026

Penulis

(Vanesa Adelia Putri)
nama terang dan tanda tangan

INTISARI

Mahasiswa merupakan kelompok dewasa awal yang memiliki intensitas penggunaan *smartphone* dan media sosial yang tinggi dalam menunjang aktivitas akademik maupun sosial sehingga rentan mengalami berbagai permasalahan psikologis yang berkaitan dengan penggunaan teknologi digital, salah satunya adalah *Nomophobia*. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya *Loneliness* dan *Fear of missing out*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Loneliness* dan *Fear of missing out* dengan *Nomophobia* pada mahasiswa di Surabaya. Subjek penelitian berjumlah 354 mahasiswa aktif yang terdiri dari laki-laki dan perempuan, berusia 20–25 tahun, serta berdomisili di Surabaya. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif korelasional dengan analisis regresi linear berganda. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari *Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)*, *UCLA Loneliness Scale (Version 3)*, dan *Fear of missing out Scale (FoMos)*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Loneliness* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *Nomophobia*, sedangkan *Fear of missing out* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan *Nomophobia*. Hasil analisis juga menunjukkan bahwa *Loneliness* dan *Fear of missing out* secara simultan memiliki hubungan yang signifikan dengan *Nomophobia* pada mahasiswa di Surabaya. Kedua variabel tersebut memberikan kontribusi sebesar 59% terhadap *Nomophobia*, sedangkan 41% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian. Penelitian ini memiliki keterbatasan pada karakteristik sampel yang belum sepenuhnya merepresentasikan seluruh mahasiswa di Indonesia, sehingga penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih beragam dan menambahkan variabel lain yang berpotensi berkaitan dengan *Nomophobia*.

Kata kunci : *Nomophobia*, *Loneliness*, *Fear of missing out*

ABSTRACT

University students are considered a group of emerging adults who extensively use *smartphones* and social media to support both academic and social activities. As a result, they are vulnerable to various psychological issues associated with digital technology use, one of which is *Nomophobia*. This condition may be influenced by several factors, including *Loneliness* and *Fear of missing out* (FoMO). The present study aimed to examine the relationship between *Loneliness*, *Fear of missing out*, and *Nomophobia* among university students in Surabaya. The participants consisted of 354 active university students, both male and female, aged 20–25 years, and residing in Surabaya. This study employed a quantitative correlational approach using multiple linear regression analysis. The research instruments included the *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q), the *UCLA Loneliness Scale* (Version 3), and the *Fear of missing out Scale* (FoMOs). The results indicated that *Loneliness* had a significant positive relationship with *Nomophobia*, while *Fear of missing out* also showed a significant positive relationship with *Nomophobia*. Furthermore, the findings revealed that *Loneliness* and *Fear of missing out* simultaneously had a significant relationship with *Nomophobia* among university students in Surabaya. Together, these variables contributed 59% to *Nomophobia*, while the remaining 41% was explained by other factors not examined in this study. This study was limited by the characteristics of the sample, which may not fully represent all university students in Indonesia. Therefore, future research is recommended to involve more diverse samples and include additional variables that may be associated with *Nomophobia*.

Keywords: *Nomophobia, Loneliness, Fear of missing out*

DAFTAR ISI

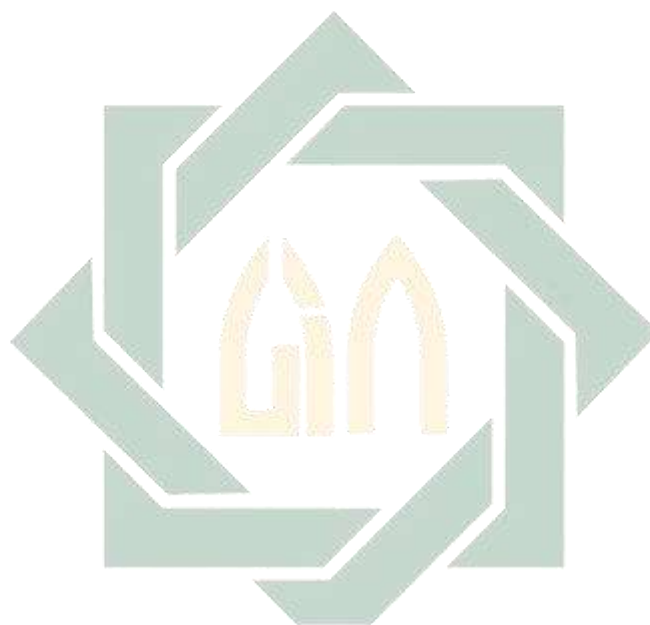
HALAMAN JUDUL.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xi
TABEL GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
INTISARI.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	10
C. Tujuan Penelitian.....	11
D. Manfaat Penelitian	11
E. Keaslian Penelitian.....	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	16
A. <i>Nomophobia</i>	16
B. <i>Loneliness</i>	21
1. Pengertian.....	21
C. <i>Fear of missing out</i>	24
D. Hubungan Antar <i>Loneliness</i> dan <i>Fear of missing out</i> Dengan <i>Nomophobia</i>	27
E. Kerangka Teoritik.....	30
F. Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Variabel dan Definisi Operasional	35
B. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel.....	36
C. Instrumen Penelitian.....	40
D. Analisis data	43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	53
A. Hasil Penelitian.....	53
1. Deskripsi Subjek	53
2. Pengujian Hipotesis.....	66
B. Pembahasan	71
BAB V	79
PENUTUP	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN.....	87

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Rumus Isaac dan Michael	39
Tabel 3. 2 Blue Print <i>Nomophobia</i> Questionnaire (NMP-Q).....	41
Tabel 3. 3 Blue Print UCLA <i>Loneliness</i> Scale (Version 3)	42
Tabel 3. 4 Blue Print <i>Fear of missing out</i> Scale (FoMOs).....	43
Tabel 3. 5 Validitas <i>Nomophobia</i> Questionnaire (NMP-Q)	44
Tabel 3. 6 Validitas UCLA <i>Loneliness</i> Scale (Version 3).....	45
Tabel 3. 7 Validitas <i>Fear of missing out</i> Scale (FoMOs)	46
Tabel 3. 8 Kategorisasi Nilai Reliabilitas Alat Ukur.....	47
Tabel 3. 9 Reliabilitas <i>Nomophobia</i> Questionnaire (NMP-Q).....	47
Tabel 3. 10 Reliabilitas UCLA <i>Loneliness</i> Scale (Version 3)	48
Tabel 3. 11 Reliabilitas <i>Fear of missing out</i> Scale (FoMOs).....	48
Tabel 3. 12 Uji Normalitas Data Penelitian	49
Tabel 3. 13 Hasil Uji Heterokedastisitas Data Penelitian	50
Tabel 3. 14 Hasil Uji Multikolinearitas Data Penelitian	51
Tabel 4. 1 Deskripsi Data Demografis	53
Tabel 4. 2 Deskripsi Data Statistik Setiap Variabel.....	55
Tabel 4. 3 Rumus Kategorisasi Variabel	55
Tabel 4. 4 Deskripsi Data Statistik Setiap Variabel.....	56
Tabel 4. 5 Hasil Crosstabulation Usia dengan <i>Nomophobia</i>	58
Tabel 4. 6 Hasil Crosstabulation Jenis Kelamin dengan <i>Nomophobia</i>	60
Tabel 4. 7 Hasil Crosstabulation Durasi dengan <i>Nomophobia</i>	61
Tabel 4. 8 Hasil Crosstabulation <i>Loneliness</i> dengan <i>Nomophobia</i>	63
Tabel 4. 9 Hasil Crosstabulation <i>Fear of missing out</i> dengan <i>Nomophobia</i>	64
Tabel 4. 10 Rumus t table dengan signifikansi 5%	66
Tabel 4. 11 Koefisien Regresi Hubungan <i>Loneliness</i> dan <i>Fear of missing out</i> dengan <i>Nomophobia</i> Secara Terpisah	67
Tabel 4. 12 Rumus f tabel dengan signifikansi 5%.....	68
Tabel 4. 13 Uji ANOVA Pengaruh <i>Loneliness</i> dan <i>Fear of missing out</i> terhadap <i>Nomophobia</i> Secara Simultan	68
Tabel 4. 14 Kategorisasi Koefisien Determinasi (R-Square).....	69
Tabel 4. 15 Uji R-Square Untuk Melihat Sumbangan Efektif <i>Loneliness</i> dan <i>Fear</i> <i>of missing out</i> terhadap <i>Nomophobia</i>	69
Tabel 4. 16 Rumus Sumbangan Efektif (SE) Variabel.....	70
Tabel 4. 17 Sumbangan Efektif Variabel <i>Loneliness</i> dan <i>Fear of missing out</i> terhadap <i>Nomophobia</i>	70

TABEL GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori..... 33



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent	88
Lampiran 2. Skala Kuesioner	88
Lampiran 3. Hasil Kuesioner	95
Lampiran 4 Output SPSS Uji Validitas dan Reliabilitas	132
Lampiran 5 Output SPSS Uji Prasyarat Regresi Berganda.....	135
Lampiran 6 Output SPSS Klasifikasi Responden dan Kategorisasi Variabel	136
Lampiran 7. Output SPSS Tabulasi Silang (Crosstbulation).....	137
Lampiran 8. Output SPSS Hasil Uji Regresi Berganda	139



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abukhanova, A., Almukhambetova, B., Mamekova, A., Spatay, A., & Danikeyeva, A. (2024). Association between *Nomophobia* and learning performance among undergraduate students: The mediating role of depression and anxiety. *Frontiers in Education*, *9*, 1365220.
- Akbarullah, A. R., dkk. (2025). *Fenomena kecenderungan Nomophobia di kalangan mahasiswa. Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*.
- Arief, M., Afriani, A., Dahlia, D., & Kumala, I. D. (2024). *Peran Fear of missing out (FoMo) dalam meningkatkan kecenderungan Nomophobia pada mahasiswa. Seurune: Jurnal Psikologi Unsyiah*, *7*(2), 172–188.
- Ayala, M. J. G., Alegre de la Rosa, O. M., Chambi Catacora, M. A. P., Vargas Onofre, E., Cari Checa, E., & Díaz Flores, D. (2024). *Nomophobia, phubbing, and deficient sleep patterns in college students. Frontiers in Education*, *9*. <https://doi.org/10.3389/educ.2024.1421162>
- Basha, E., & Mustafa, A. (2024). Dataset on the correlation between *Nomophobia* dimensions among university students in Kosovo. *Data in Brief*, *55*.
- Ceobanu, C. M., Marian, A. L., & Apostolache, R. (2023). Glimpse on 21st century new phobias: A predictive model of *Nomophobia*. *Frontiers in Public Health*, *11*, 1252099. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1252099>
- Çevik-Durmaz, Y., Yalçinkaya-Önder, E., & Timur, S. (2021). Preservice teachers' *Nomophobia* levels, sense of *Loneliness* and adjustment to college life. *Perspectives in Psychiatric Care*, *57*(3), 1052–1072.
- Citraningtyas, T., Suryanto, S., & Mamahit, J. (2023). *Nomophobia, Loneliness, and anxiety among young adults. Heliyon*, *9*(7), e17512.
- Citraningtyas, T., Suryanto, S., & Mamahit, J. (2023). *Nomophobia, Loneliness, and anxiety among young adults. Heliyon*, *9*(7), e17512.
- Desouza, P., Fernandes, A., & Silva, R. (2024). *The relationship between Loneliness and Nomophobia among university students. International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, *14*(1), 22–31.
- Dewi, R., & Putri, A. (2023). *Hubungan Nomophobia dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa. Jurnal Psikologi*, *15*(2), 101–110.
- Fitri, A. N., Rahmawati, D., & Putri, S. M. (2024). Hubungan *Fear of missing out* dengan kecenderungan *Nomophobia* pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Indonesia*, *13*(1), 25–34.
- Frida Emeranda, S. (2024). *Hubungan Loneliness terhadap Nomophobia dengan social media dependency sebagai mediator*.
- Gaber Hamzaa, H., Atta, M. H. R., Elmetwally Omar, M. E. H., Machaly, E. R. F. A. M., Amin, S. M., & Wahba, N. M. I. (2024). *Examining nursing students'*

- prevalence of Nomophobia, and psychological alienation and their correlates with Fear of missing out: A multisites survey. SAGE Open Nursing, 10.*
- Guerra Ayala, M. J., Alegre de la Rosa, O. M., Chambi Catacora, M. A. del P., Vargas Onofre, E., Cari Checa, E., & Díaz Flores, D. (2024). *Nomophobia, phubbing, and deficient sleep patterns in college students. Frontiers in Education, 9.*
- Hestia, K. P. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan *Nomophobia* pada mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat, 7(2)*, 123–130.
- Hong, W., Liu, J., Liu, R. D., Ding, Y., & Yang, X. (2025). *A network analysis of Nomophobia among Chinese adolescents: Differences in gender and developmental stages. Computers in Human Behavior Reports, 19.*
- Hutapea, S. P., Purwasetiawatik, T. F., & Hayati, S. (2024). Tingkat kecenderungan *Nomophobia* pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi, 19(1)*, 55–64.
- Jiang, Y., Shen, Z., Zeng, Y., Li, S., Li, H., Xiong, Y., & Ye, Z. (2024). Social anxiety, *Loneliness*, and mobile phone addiction among nursing students: Latent profile and moderated mediation analyses. *BMC Nursing, 23(1)*, 905. <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02583-8>
- Khan, M., Israr, J., & Abbasi, P. N. (2022). Impact of *Loneliness* on *Nomophobia* among university students: Mediating role of online social interaction and moderating role of social support, *9(2)*.
- Khan, M., Israr, J., & Abbasi, P. N. (2022). *Impact of Loneliness on Nomophobia among university students: Mediating role of online social interaction and moderating role of social support. Pakistan Social Sciences Review, 9(2).*
- Kusumawardani, R., Suryanto, S., & Arsita, N. (2024). *Faktor-faktor yang mempengaruhi Nomophobia pada mahasiswa Indonesia. Jurnal Psikologi Indonesia, 13(1)*, 25–34.
- Lazarus, S., Ghafari, A. R., Kapend, R., Rezayee, K. J., Aminpoor, H., Essar, M. Y., & Nemat, A. (2024). *Nomophobia (no-mobile-phone phobia) among the undergraduate medical students.*
- Lestari, D. (2025). *Pengaruh Loneliness dan Fear of missing out terhadap Nomophobia di kalangan mahasiswa. Jurnal Psikologi Universitas Surabaya, 18(1)*, 45–58.
- Lestari, D., & Suratmini, S. (2023). *Hubungan Loneliness dan Fear of missing out terhadap Nomophobia pada mahasiswa: Studi di Surabaya. Jurnal Psikologi Sosial, 22(1)*, 77–86.
- Lin, Y. C., & Huang, P. C. (2025). Digital traps: How technology fuels *Nomophobia* and insomnia in Taiwanese college students. *Acta Psychologica, 252.*

- Liu, N., Zhu, S., Zhang, W., Sun, Y., & Zhang, X. (2024). The relationship between *Fear of missing out* and mobile phone addiction among college students: The mediating role of depression and the moderating role of *Loneliness*. *Frontiers in Public Health*, *12*, 1374522.
- Mahto, A., Guru, A., & Jani, M. G. (2025). A study of *Nomophobia* and its relationship with screen time, anxiety, and depression among medical and paramedical students in Central India: A facility-based observational study. *Frontiers in Health Informatics*, *14*(2).
- Marakwar, A. S., Narlawar, U. W., & U. I., A. G. (2025). *Nomophobia* and internet addiction among medical undergraduate students from a tertiary care teaching institute of Central India: A cross sectional study. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, *12*(8), 3696–3700.
- Melani, D., Roni, Y., & Dilaruri, A. (2025). Relationship between anxiety and *Fear of missing out* (FoMO) with *Nomophobia* in nursing faculty students. *Jurnal Smart Keperawatan*, *2025*(1).
- Muthmainnah, I., Saragih, S., & Latif, N. (2025). Validitas dan reliabilitas *Nomophobia* Questionnaire versi Indonesia. *Jurnal Psikologi dan Teknologi*, *14*(2), 112–125.
- Neelima, B. Y., Kumari, J. P., Pallavi, R. S., Sivakala, T., Srinivas, K., & Prabhu, G. R. (2023). A cross sectional study on *Nomophobia* among medical students in Tirupati, Andhra Pradesh. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, *10*(3), 1048–1054.
- Nugraha, A., Putri, S., & Rahman, H. (2025). *Loneliness, Fear of missing out, dan Nomophobia pada mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Sosial*, *14*(1), 45–58.
- NurwicaHyani, N., Wulandari, R., & Aisyah, R. (2025). *Pengaruh Fear of missing out terhadap Nomophobia pada mahasiswa Indonesia*. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan*, *13*(1), 25–34.
- Perlman, D., & Peplau, L. A. (1981). Toward a social psychology of *Loneliness*. In R. Gilmour & S. Duck (Eds.), *Personal relationships in disorder* (pp. 31–56). Academic Press.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). *Motivational, emotional, and behavioral correlates of Fear of missing out*. *Computers in Human Behavior*, *29*(4), 1841–1848.
- Putri, N., & Hartono, S. (2024). *Pengaruh Fear of missing out terhadap Nomophobia pada mahasiswa*. *Jurnal Psikologi Indonesia*, *13*(1), 25–34.
- Qirtas, M., Ahmed, S., & Rahman, K. (2024). *Loneliness and digital dependency among university students*. *International Journal of Behavioral Research*, *8*(2), 55–68.
- Quraish Shihab, M. (2002). *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an*. Lentera Hati.

- Rahimmatussalisa, N., & Rinaldi, M. (2025). Adaptasi dan analisis psikometrik UCLA *Loneliness Scale* Version 3 pada populasi mahasiswa Indonesia. *Jurnal Psikometri Indonesia*, 7(1), 25–40.
- Rahman, I. A., Aziz, F., Marliany, H., Setiawan, H., & Apipudin, A. (2023). Tingkat *Nomophobia* pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 15(2), 101–110.
- Rahmi, K. H., & Sukarta, C. C. (2023). *Fear of missing out dengan Nomophobia pada mahasiswa*. *Social Philanthropic*, 1(2), 23–30.
- Rehman, A., Tariq, M., & Ashraf, S. (2024). *Fear of missing out and Nomophobia among university students*. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 39(1), 55–70.
- Russell, D. W. (1996). UCLA *Loneliness Scale* (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40.
- Safaria, T., Saputra, N. E., & Arini, D. P. (2023). Data on the model of *Loneliness* and *smartphone* use intensity as a mediator of self-control, emotion regulation, and spiritual meaningfulness in *Nomophobia*. *Data in Brief*, 50.
- Safdar Bajwa, R., Abdullah, H., Zaremohzzabieh, Z., Wan Jaafar, W. M., & Abu Samah, A. (2023). *Smartphone* addiction and phubbing behavior among university students: A moderated mediation model by *Fear of missing out*, social comparison, and *Loneliness*. *Frontiers in Psychology*, 13, 1072551. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1072551>
- Shelyne, R., Prakoso, B., & Utami, D. (2024). Dimensi psikologis dalam *Nomophobia* pada generasi digital. *Jurnal Psikologi Sosial*, 22(1), 77–86.
- Shelyne, S., Saudi, A. N. A., & Nurhikmah, N. (2024). Pengaruh *Loneliness* terhadap kecenderungan *Nomophobia* pada mahasiswa perantau di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 4(2), 406–411.
- Shelyne, S., Saudi, A. N. A., & Nurhikmah, N. (2024). Pengaruh *Loneliness* terhadap kecenderungan *Nomophobia* pada mahasiswa perantau di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 4(2), 406–411.
- Sipayung, M. A., & Simarmata, N. I. P. (2025). Pengaruh *Fear of missing out (FoMo)* terhadap kecenderungan *Nomophobia* pada mahasiswa di Kota Medan. *Dharmas Education Journal*, 4(1), 1973–1980.
- Sugiyono. (2017). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Travers, M. (2023, December 24). *A psychologist describes a new phobia on the rise: Nomophobia*. *Forbes*.
- Wang, X., Liu, C., & Zhang, Y. (2024). Digital dependency and psychological well-being among university students in the *smartphone* era. *Frontiers in Psychology*, 15, 1456678. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1456678>
- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The experience of emotional and social isolation*. Cambridge: MIT Press.

- Weiss, R. S. (1973). *Loneliness: The Experience of Emotional and Social Isolation*. MIT Press
- Xu, M., Liu, D., & Yan, J. (2024). Effect of SNS addiction on prosocial behavior: Mediation effect of *Fear of missing out*. *Frontiers in Psychology, 15*,
- Yang, H., Liu, B., & Fang, J. (2021). Stress and problematic *smartphone* use severity: *Smartphone* use frequency and *Fear of missing out* as mediators. *Frontiers in Psychiatry, 12*, 659288.
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of *Nomophobia*: Development and validation of the NMP-Q. *Computers in Human Behavior, 49*, 130–137.
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of *Nomophobia*: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior, 49*, 130–137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>
- Yilmaz, F. G. K., Kara, M., & Yilmaz, R. (2024). Investigation of personality and psychosocial antecedents of *Nomophobia* among university students. *Telematics and Informatics Reports, 15*, 100156. <https://doi.org/10.1016/j.teler.2024.100156>
- Zhafirah, F., Kosasih, E., & Zakariyya, F. (2023). Pengaruh kontrol diri terhadap *Nomophobia* yang dimediasi oleh *Fear of missing out* (FOMO) pada Generasi Z di Bandung Raya. *Jurnal Diversita, 9*(2), 249–259.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A