

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS INSTRUMEN NOMOPHOBIA PADA REMAJA PENGGUNA SMARTPHONE DI KOTA BEKASI

Marabiyah

Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

Email : marabiyahbii@gmail.com

Abstract : *Smartphones are not only used for communication, but also as a source of information, entertainment and connectivity with the outside world. Smartphones can be used to send text messages, take photos and videos using the camera, play music and videos, play games, access email, watch digital TV, and can even be used as a means of payment with credit card functions such as e-wallets. This ease of access can lead to human dependence on smartphones over time due to technological developments and changes in lifestyle. High smartphone use among individuals can have an impact on their daily activities and behavioral patterns, causing changes such as losing attention to real life because they tend to focus on virtual life. Based on the validity test of the nomophobia scale using Pearson product moment, of the 40 items, there are 12 items that are invalid or inappropriate with a coefficient value of <0.300 . Then, in the reliability test of the nomophobia scale using the Cronbach's Alpha technique, a reliability score of 0.859 was found, which means the scale is reliable..*

Keyword: *Nomophobia, Adolescence*

Abstrak: Smartphone saat ini tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai sumber informasi, hiburan, dan konektivitas dengan dunia luar. Smartphone dapat digunakan untuk mengirim pesan teks, mengambil foto dan video menggunakan kamera, memutar musik dan video, bermain game, mengakses email, menonton TV digital, bahkan dapat digunakan sebagai alat pembayaran dengan fungsi kartu kredit seperti *e-wallet*. Kemudahan akses tersebut dapat menyebabkan ketergantungan manusia pada smartphone seiring waktu karena perkembangan teknologi dan perubahan gaya hidup. Penggunaan smartphone yang tinggi pada individu dapat berdampak pada aktivitas dan pola perilaku mereka sehari-hari yang menyebabkan perubahan seperti kehilangan perhatian terhadap kehidupan nyata karena cenderung fokus pada kehidupan virtual. Berdasarkan uji validitas skala nomophobia dengan menggunakan pearson product momen dari 40 butir aitem terdapat 12 aitem gugur atau tidak layak dengan nilai koefisien $<0,300$. Kemudian pada uji reliabilitas skala nomophobia dengan teknik Cronbach's

Article History

Received: Agustus 2024

Reviewed: Agustus 2024

Published: Agustus 2024

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Liberosis.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed

under a [Creative](#)

[Commons Attribution-](#)

[NonCommercial 4.0](#)

[International License](#)

Alpha didapati skor reliabilitas sebesar 0,859 yang artinya skala reliabel.	
---	--

Kata Kunci: Nomophobia, Remaja	
---------------------------------------	--

PENDAHULUAN

Dalam era digital yang semakin berkembang penggunaan smartphone telah menjadi fenomena yang mendunia. Smartphone saat ini tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai sumber informasi, hiburan, dan konektivitas dengan dunia luar. Smartphone dapat digunakan untuk mengirim pesan teks, mengambil foto dan video menggunakan kamera, memutar musik dan video, bermain game, mengakses email, menonton TV digital, bahkan dapat digunakan sebagai alat pembayaran dengan fungsi kartu kredit seperti *e-wallet*. Dengan kombinasi semua ini, smartphone telah menjadi salah satu perangkat terpenting dalam kehidupan sehari-hari banyak orang, memungkinkan akses mudah dan cepat ke berbagai layanan dan informasi (Williams & Sawyer, 2011).

Kemudahan akses tersebut dapat menyebabkan ketergantungan manusia pada smartphone seiring waktu karena perkembangan teknologi dan perubahan gaya hidup. Karena sebagian besar aktivitas dilakukan melalui smartphone, sehingga pengguna cenderung bergantung dan terpaku pada perangkat tersebut. Berdasarkan data statistik yang diakses melalui databoks pada tahun 2024 didapati penggunaan ponsel di Indonesia mengalami peningkatan durasi selama empat tahun terakhir. Pada tahun 2020, rata-rata waktu penggunaan perangkat tersebut oleh warga Indonesia adalah 5,63 jam per hari. Pada tahun 2021, angka ini meningkat menjadi 5,99 jam per hari. Kemudian, pada tahun 2022, durasi penggunaan mencapai level tertinggi dalam empat tahun terakhir, yaitu 6,14 jam per hari. Namun, pada tahun 2023, rata-rata waktu penggunaan perangkat mobile oleh warga Indonesia turun sedikit menjadi 6,05 jam per hari.

Berdasarkan data yang didapati melalui Badan Pusat Statistik mengenai proporsi individu yang menggunakan smartphone pada kelompok usia menunjukkan bahwa pada usia 15-24 tahun mendominasi dengan Tingkat presentase sebesar 90,78 persen pada tahun 2021 dan terjadi peningkatan pada tahun 2023 menjadi 92,14 persen (bps.go.id, 2023). Data lainnya berdasarkan hasil survey APJII pada tahun 2023 diketahui bahwa pengguna smartphone tertinggi mencapai 98,20 persen pada usia remaja yaitu 13-18 tahun (APJII, 2023).

Menurut Usman & Maran (2013) alasan remaja menggunakan smartphone karena adanya tekanan dari kelompok teman sebaya dan seringkali remaja merasa tertinggal apabila tidak menggunakan smartphone, hal ini terjadi bisa saja dikarenakan adanya kebutuhan mereka untuk tetap bisa berkomunikasi dengan teman-temannya. Hal tersebut membuat remaja tidak dapat lepas dari smartphone dan menggunakan smartphone secara berlebihan, karena kita tahu bahwa masa remaja itu adalah masa pencarian identitas, membangun hubungan dengan teman sebaya, dan juga mengeksplorasi berbagai hal dari lingkungan (Marini, 2024).

Penggunaan smartphone yang tinggi pada individu dapat berdampak pada aktivitas dan pola perilaku mereka sehari-hari yang menyebabkan perubahan seperti kehilangan perhatian terhadap kehidupan nyata karena cenderung fokus pada kehidupan virtual. Individu yang

kecanduan smartphone lebih sering berkomunikasi melalui akun media sosial daripada berinteraksi secara langsung (Agusta, 2016). Berbagai kegiatan yang berhubungan dengan smartphone dalam jangka panjang dapat mengakibatkan individu mengalami kecenderungan untuk mengecek terus-menerus smartphone-nya sehingga memicu perasaan cemas karena tidak menggunakan smartphone. Hal ini merupakan kondisi yang dikenal nomophobia (Mulyar, 2016). Nomophobia (no mobile phone phobia) adalah kondisi di mana seseorang merasa cemas atau tidak nyaman ketika berada di luar jangkauan smartphone atau tidak dapat menggunakan smartphone. Kondisi ini dianggap sebagai fobia pada era teknologi modern saat ini, di mana interaksi antara individu dan teknologi, khususnya smartphone, memiliki peran penting dalam memicu atau memperkuat kondisi tersebut (Yildirim & Correia, 2015).

Menurut Ramaita et al. (2019) Nomophobia memiliki karakteristik-karakteristik tertentu, antara lain, Menghabiskan sebagian besar waktu untuk bermain dengan smartphone setiap hari, selalu membawa pengisi daya atau charger untuk smartphone dan khawatir jika kehabisan baterai, merasa cemas atau gelisah ketika smartphone tidak terhubung ke jaringan internet. karakteristik-karakteristik ini mencerminkan ketergantungan yang signifikan pada smartphone dan gejala-gejala nomophobia yang dapat mempengaruhi kesejahteraan dan keseimbangan hidup individu.

Individu yang mengalami nomophobia cenderung mengalami gangguan dalam proses berpikirnya, yang disebabkan oleh obsesi terhadap khayalan, fantasi, dan tingkat defensif yang tinggi. Hal ini sering kali berasal dari konektivitas yang terlalu intens dengan smartphone (Tjasmadi, 2019). Nomophobia dapat memberikan dampak negatif yang mempengaruhi kesehatan penggunanya, yang disebabkan oleh radiasi yang dikeluarkan. Gangguan Kesehatan yang biasanya sering dialami individu yaitu sakit kepala, kelelahan, gangguan sistem imun, dan iritasi mata. Yang apabila dibiarkan akan menyebabkan beberapa penyakit serius seperti tumor otak, gangguan tidur, kanker, dan Alzheimer (Pavithra, 2015).

Menurut berita yang diakses pada 5 Mei 2024 melalui viva.co.id, dua remaja asal Jember mengalami depresi yang diduga disebabkan oleh kecanduan smartphone. Mereka menunjukkan perilaku seperti tidak mengenali orangtua mereka, enggan keluar dari kamar, dan menghindari interaksi dengan orang lain. Kecanduan ini terjadi karena selama 4 tahun terakhir, kedua remaja tersebut sering menghabiskan waktu untuk bermain game online menggunakan smartphone mereka.

Hingga saat ini penelitian mengenai nomophobia menggunakan instrumen NMP-Q yaitu nomophobia questionnaire yang dikembangkan menggunakan analisis eksplorasi dan terdiri dari empat dimensi diantaranya: tidak dapat berkomunikasi, kehilangan konektivitas, tidak dapat mengakses informasi, dan menyerah pada kenyamanan (Yildirim, 2015).

Instrumen NMP-Q telah divalidasi dan diadaptasi di beberapa negara, budaya, bahasa, dan untuk berbagai kelompok usia. Seperti versi persia diterapkan untuk kalangan remaja (Lin, et al, 2018), versi spanyol untuk kalangan remaja usia 13-19 tahun (Gonzalez-Cabrera et al, 2017), Namun, sampai saat ini, penelitian mengenai adaptasi bahasa dan budaya serta pengujian sifat psikometrik dari NMP-Q dalam konteks bahasa dan budaya Indonesia masih terbatas dan belum ada kajian tentang adaptasi bahasa-budaya serta validasi NMP-Q dalam konteks bimbingan dan konseling siswa.

Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan peneliti tertarik untuk menguji instrumen NPM-Q ini di ranah sekolah menengah atas khususnya di kota Bekasi. Menurut Periantolo (2016) instrumen yang reliabel diartikan sebagai konsistensi atau keakuratan hasil ukur dengan skor yang dianggap memuaskan sebesar 0,8 atau 80% hasil pengukuran merupakan skor murni subjek dan 20% merupakan error pengukuran yang ikut terukur.

TINJAUAN PUSTAKA

Nomophobia

Nomophobia adalah ketakutan atau perasaan cemas yang dirasakan ketika berada jauh dari smartphone. Jika individu berada di suatu tempat tanpa sinyal, kehabisan kuota internet, atau bahkan jika baterai habis, individu tersebut dapat merasa cemas. Hal ini dapat memiliki efek negatif yang dapat mempengaruhi tingkat konsentrasi individu (Yildirim, 2014). Nomophobia adalah perasaan takut, tidak nyaman, cemas, gugup atau perasaan sedih yang dirasakan seseorang dan disebabkan karena tidak bisa berhubungan dengan ponselnya (Pavithra, Madhukumar & Murthy, 2015). Nomophobia istilah yang mengacu pada perilaku atau gejala yang terkait dengan agorafobia dan termasuk ketakutan menjadi sakit dan tidak segera menerima pertolongan (King et al, 2014).

Aspek Kecenderungan *Nomophobia*

Yildirim (2014) menjabarkan beberapa aspek-aspek nomophobia sebagai berikut:

- 1) Hilangan konektivitas terkait dengan perasaan terputusnya konektivitas yang dimana saat seseorang tidak bisa mengakses layanan di smartphone dan tidak dapat terhubung dengan identitas sosial mereka, terutama melalui media sosial.
- 2) Perasaan tidak bisa berkomunikasi muncul saat terjadi gangguan komunikasi tiba-tiba dengan orang lain atau ketika individu tidak dapat menggunakan layanan pada perangkatnya pada saat mereka memerlukan komunikasi.
- 3) Tidak mampu mengakses informasi mencerminkan perasaan tidak nyaman ketika seseorang tidak dapat mencari informasi melalui perangkat gadget. Ini terjadi karena gadget memudahkan akses terhadap informasi, dan individu merasakan dampaknya karena informasi tersebar melalui berbagai media sosial. Ketika tidak dapat mengakses gadget, hal ini dapat memicu rasa panik atau kecemasan.
- 4) Menyerah pada kenyamanan terkait dengan kenyamanan yang dirasakan saat menggunakan gadget dan keinginan untuk memanfaatkan kenyamanan yang diberikan oleh gadget tersebut. Ketika hampir semua aktivitas dapat dilakukan hanya dengan melihat layar ponsel, hal ini membuat kehidupan terasa lebih praktis.

Faktor-Faktor *Nomophobia*

Menurut Yildirim, Sumuer, Adnan, & Yildirim (2016) terdapat dua factor yang mempengaruhi *nomophobia* sebagai berikut:

- 1) Wanita memiliki kesempatan lebih besar untuk mengalami nomophobia dibandingkan pria.
- 2) Durasi penggunaan smartphone berkaitan dengan seberapa lama individu dapat mengakses smartphonenya dan memiliki ketakutan berlebih apabila baterai smartphonenya akan habis. Maka dari itu individu dengan *nomophobia* akan selalu menggunakan smartphone dalam berbagai saat meskipun dalam keadaan mengisi daya smartphone.

Gejala-Gejala Nomophobia

Menurut Gezkin & Cakir (2016) terdapat beberapa gejala-gejala individu yang mengalami nomophobia diantaranya sebagai berikut:

- Obsesif terhadap smartphone dan sering mengeceknya secara terus-menerus.
- Merasa hampa apabila jauh dari smartphone
- Ketika kehabisan baterai akan merasa cemas
- Selalu berada didekat smartphone dan ketika berada jauh dari smartphone akan merasa ketakutan

METODE PENELITIAN

Tipe Penelitian

Metode yang diterapkan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang menggunakan pendekatan deduktif, di mana penjelasan diberikan dari hal yang umum ke yang khusus, dengan melibatkan setidaknya 30 subjek, dan bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan oleh peneliti (Periantolo, 2016).

Populasi

Periantolo (2016) mengatakan bahwa populasi adalah subjek keseluruhan dari penelitian yang dikenakan generalisasi dari hasil penelitian tersebut. Populasi dapat berbentuk daerah atau perkembangan karakteristik pribadi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja yang menggunakan smartphone di kota Bekasi.

Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Probability Sampling* acak kelompok. Sampel yang diambil dengan metode sampel acak kelompok adalah mengambil sampel beberapa kelompok secara acak. Selanjutnya jika sampel kelompok telah terpilih, maka dilanjutkan dengan mendata semua elemen dalam kelompok-kelompok yang terpilih. (Periantolo, 2016).

HASIL PENELITIAN

Profil Responden Penelitian

Penelitian ini menggunakan teknik non probability acak kelompok dengan kriteria remaja pengguna smartphone di kota Bekasi dan pengguna smartphone. Adapun responden sesuai dengan kriteria yang berhasil dikumpulkan dengan mengisi kuesioner Google Form yang telah disebarluaskan, yaitu sebanyak 161 responden. Berikut ini adalah deskripsi responden dalam penelitian ini:

Kelompok	Kategori	N	Presentase
Jenis kelamin	Laki	75	47%
	perempuan	86	53%
	TOTAL	161	100%
Usia	15	27	16,8%
	16	49	30,4%
	17	51	31,7%
	18	34	21,1%
	TOTAL	161	100%
Durasi	1-3 jam	46	28,6%
	4-6 jam	75	46,6%
	>6 JAM	40	24,8%
	TOTAL	161	100%

Berdasarkan data tersebut dapat diketahui responden terbanyak pada penelitian ini berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh wanita dengan jumlah 53%, kemudian pada kelompok usia responden terbanyak pada penelitian ini adalah 17 tahun, pada kelompok durasi penggunaan smartphone responden pada penelitian ini paling banyak menghabiskan waktunya selama 4-6 jam dengan presentase 46,6%.

Validitas

Pada skala nomophobia, peneliti menggunakan skala berdasarkan aspek yang dikemukakan Yildirim (2015) Peneliti menyusun blue print skala nomophobia berjumlah 40 aitem dari 20 aitem favorable dan 20 aitem unfavorable yang telah dimodifikasi untuk mewakili aspek dan juga fenomena yang diteliti.

Adapun hasil uji validitas pada skala nomophobia yang menyatakan bahwa dari 40 aitem terdapat 12 aitem yang gugur atau tidak layak karena memiliki nilai koefisien $\leq 0,300$ yang berarti bahwa aitem tidak layak.

Reliabilitas

Berdasarkan hasil reliabilitas skala nomophobia dengan teknik Cronbach's Alpha menggunakan SPSS (Statistic Package For Social Science) versi 25 for Windows, terdapat hasil pada tabel berikut ini:

Variabel	Skor Reliabilitas	Klasifikasi
Nomophobia	0,859	Reliabel

Skor reliabilitas yang diperoleh pada skala perilaku nomophobia berdasarkan Cronbach's Alpha adalah 0,859 berarti bahwa nomophobia memiliki klasifikasi reliabel karena skor yang diperoleh merupakan skor yang lebih besar dari standar yang ditentukan yaitu 0,8.

PEMBAHASAN

Berdasarkan uji validitas skala nomophobia dengan menggunakan pearson product momen dari 40 butir aitem terdapat 12 aitem gugur atau tidak layak dengan nilai koefisien $< 0,300$ berdasarkan indek validitas Periantolo (2016) aitem dapat dinyatakan bagus apabila memiliki nilai koefisien sebesar $> 0,300$. Kemudian pada uji reliabilitas pada skala nomophobia dengan teknik Cronbach's Alpha didapati skor reliabilitas sebesar 0,859 mengacu pada klasifikasi reliabilitas Periantolo (2016) skor reliabilitas 0,859 berada pada klasifikasi reliabel atau memuaskan.

Berdasarkan tinjauan literatur yang dilakukan Rodríguez-García et al, (2020), adaptasi kuesioner nomofobia (NMP-Q) yang telah dilakukan di berbagai negara dan bahasa, seperti versi Iran untuk remaja Iran (Lin et al., 2018), versi Arab (Al-Balhan et al., 2018), dan versi Spanyol (González-Cabrera et al, 2017). Secara keseluruhan, studi-studi adaptasi NMP-Q ini menunjukkan sifat psikometrik yang memuaskan. Hasil penelitian ini juga mengkonfirmasi temuan González-Cabrera et al. (2017) bahwa NMP-Q versi Spanyol memiliki hasil analisis psikometrik yang memuaskan dan merupakan instrumen yang valid serta andal untuk mengukur nomofobia pada remaja usia 13-19 tahun.

Dalam konteks Indonesia, hasil penelitian Warsah et al (2023) mengungkapkan bahwa data empiris mendukung model pengukuran keseluruhan dari NMPQ-10. Struktur integral dari

NMPQ-10 versi Indonesia mirip dengan versi aslinya. Versi Indonesia dari NMPQ-10 juga memiliki sifat psikometrik yang tinggi, ditunjukkan oleh reliabilitas komposit (CR) sebesar 0,932 dan Cronbach Alpha sebesar 0,97. Keduanya diklasifikasikan sebagai tinggi dan terlihat dalam struktur internal (validitas konstruk yang memuaskan dan validitas konvergen).

Penelitian selanjutnya oleh Rangka et al, (2018) menunjukkan NMP-Q yang telah diuji sifat psikometriknya menggunakan model RASH pada peserta mahasiswa. Terbukti bahwa NMP-Q memiliki reliabilitas tinggi, ditunjukkan oleh reliabilitas item sebesar 0,99 dan reliabilitas Pearson sebesar 0,93 Selain itu, penelitian ini memperkuat bukti bahwa NMP-Q memiliki struktur internal yang dikonfirmasi secara empiris, terutama dalam konteks peserta mahasiswa yang berusia 17-24 tahun berdasarkan budaya Indonesia. Instrumen yang dihasilkan dalam penelitian ini disebut sebagai NMPQ-10 (versi Indonesia). Dengan demikian, NMPQ-10 (versi Indonesia) dapat digunakan untuk mengukur tingkat nomofobia di kalangan mahasiswa karena terbukti memiliki sifat psikometrik yang baik, ditunjukkan oleh validitas konstruk dan konvergen yang tinggi serta reliabilitas komposit (CR) yang tinggi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas yang telah peneliti lakukan menunjukkan bahwa Instrumen yang diadaptasi ini dapat digunakan dan diterima sebagai instrumen yang valid dan andal untuk mengukur nomofobia pada remaja dari populasi yang berusia 15-19 tahun. Instrumen yang diadaptasi ini dapat diterapkan untuk mengidentifikasi dan menangani penggunaan smartphone yang berlebihan di kalangan remaja.

Penelitian selanjutnya sebaiknya bertujuan untuk memperluas ukuran sampel guna meningkatkan generalisasi temuan dan untuk lebih memvalidasi NMPQ Versi Indonesia pada kelompok populasi dan lingkungan yang berbeda. Selain itu, akan bermanfaat untuk mengeksplorasi hubungan antara nomofobia dengan konstruk psikologis lainnya, seperti kecemasan, depresi, dan stres, serta untuk menyelidiki efektivitas intervensi yang bertujuan mengurangi nomofobia

DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, D. (2016). Faktor-Faktor Resiko Kecanduan Menggunakan Smartphone Pada Siswa di SMK Negeri 1 Kalasan Yogyakarta. *E-Journal Bimbingan dan Konseling*, 5(3), 86–96.
- Ali, A., Ridzuan, A, R., Nuji, M, N., & Izzamudin, M, H. (2017). The relationship between phone usage factors and nomophobia. *American Scientific Publisher*. 23 (8). 1-6.
- Asih, A.T., & Fauziah, N. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecemasan Jauh dari Smartphone (Nomophobia) pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal EMPATI*, 6 (2), 15-20.
- Gezgin, D. M., & Çakır, Ö. (2016). Analysis of nomophobic behaviors of adolescents regarding various factors. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2504-2519.
- González-Cabrera, J., León-Mejía, A., Pérez-Sancho, C., & Calvete, E. (2017). Adaptación al español del cuestionario nomophobia questionnaire (NMP-Q) en una muestra de adolescentes. *Actas Espanolas de Psiquiatria*, 45(4), 137–144.
- Hestia, K. P., Siswanto., & Risva (2019). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN NOMOPHOBIA PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU KOMPUTER DAN

TEKNOLOGI INFORMASI UNIVERSITAS MULAWARMAN TAHUN 2019. *JNIK*, 4(2), 21-34.

- Kanmani, A., U, B., & S, M. R. (2017). Nomophobia – An Insight into Its psychological aspects in india. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(2), 2349–3429
- Khofifa., & Widyastuti. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Smartphone Terhadap Nomophobia pada Anak Sekolah Dasar. *PINISI*, 3(6), 70-79.
- King, A, L, S., Valenca, A, M., & Silva, A, C. (2014). Nomophobia Impact of Cell Phone Use Interfering with Symptoms and Emotion of Individuals with Panic Disorder Compared with Control Group. *Clinical Practice & Epidemiology in Mental Health*. 10 (1). 28-35.
- Lin, C. Y., Griffiths, M. D., & Pakpour, A. H. (2018). Psychometric evaluation of Persian nomophobia questionnaire: Differential item functioning and measurement invariance across gender. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1), 100–108.
- Mulyar, B. K. (2016). Dinamika adaptif penggunaan smartphone mahasiswa fisip universitas Airlangga di kota Surabaya. *Antro UnairdotNet*, 5(3), 489–503.
- Pavithra, M.B., Madhukumar, S., & Ts, M.M. (2015). A Study on Nomophobia - Mobile Phone Dependence, Among Students of a Medical College in Bangalore -. *National journal of community medicine*, 6, 340-344.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ramaita, R., Armaita, A., & Vandelis, P. (2019). Hubungan Ketergantungan Smartphone Dengan Kecemasan (Nomophobia). *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 89–93.
- Rangka, I. B., Prasetyaningtyas, W. E., Irdil, I., Ardi, Z., Suranata, K., Winingsih, E., Sofyan, A., Irawan, M., Arjanto, P., Muslifar, R., & Wijaya, R. S. (2018). Measuring psychometric properties of the Indonesian version of the nomophobia questionnaire (NMPQ): Insight from Rasch measurement tool. *Journal of Physics: Conference Series*, 1114(1).
- Rodríguez-García, A. M., Belmonte, J. L., & Moreno-Guerrero, A. J. (2020). Nomophobia: An individual's growing fear of being without a smartphone: A systematic literature review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(2).
- Salehan, M., & Negabhan, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phone become addictive. *Computer in Human Behaviour*, 29 (6), 2631-2639.
- Sujarweni, V. W., & Utami, L. R. (2019). *The Master Book of SPSS*. Yogyakarta : Anak hebat Indonesia.
- Tjasmadi, M. P. (2019). Pendekatan Agama Membaharui Kondisi Psikologis Siswa Terindikasi Nomophobia. *Proceedings of the ICECRS*, 2(1), 159.
- Warsah, I., Maba, A. P., Prastuti, E., Morganna, R., Warsah., B. A. A., & Carles, E. (2023). Adaptation and Validation of Nomophobia Instrument in the Indonesian Version. *JP3I*. 12(2), 127-144.
- Williams, B.K. & Sawyer, S.C. 2011. "Using Information Technology: A Practical Introduction to Computers & Communications. (9th edition)". New York: McGraw-Hill.
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49(17), 130–137.
- Yildirim, C., Sumuer, E., Adnan, M., & Yildirim, S. (2016). A growing fear: Prevalence of nomophobia among Turkish college students. *Information Development*, 32(5), 1322–1331.