Nomophobia dan Kepribadian Siswa SMA

Chintia Aurelia¹, Yuninda Tria Ningsih¹

¹Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang

DOI: <http://doi.org/10.29080/jpp.v12i2.635>

Abstract : *Nomophobia is an irrational fear of not being able to reach their smartphones or communicate through their mobile devices. This research aims to study the nomophobia in terms of personality. Having comparative quantitative study, there are 320 high school students who have smartphones in Bukittinggi were involved. Sampling technique used is proportional sampling which covering 117 male students and 203 female students. Data was collected using a nomophobia scale and big five personality scale adapted from the IPIP (International Personality Item Pool). Having analyzed using one-way ANOVA test, the result show that there are differences in nomophobia in terms of the big five personality among high school students in Bukittinggi.*

Keyword : *nomophobia, big five personality, smartphone, high school students*

Abstrak : *Nomophobia adalah ketakutan irasional pada individu yang tidak dapat menjangkau smartphone atau berkomunikasi melalui perangkat seluler miliknya. Penelitian kuantitatif komparasi ini melibatkan 320 siswa SMA yang memiliki smartphone di Kota Bukittinggi. Teknik sampling yang digunakan adalah proposional yang terdiri dari 117 siswa laki-laki dan 203 perempuan. Pengambilan data ini menggunakan skala nomophobia disusun oleh peneliti sendiri dan skala kepribadian big five IPIP-BFM-50 yang diadaptasi dari IPIP (International Personality Item Pool). Hasil analisis data menggunakan uji beda anava satu jalur menunjukkan terdapat perbedaan kecenderungan nomophobia ditinjau dari big five personality pada siswa SMA di Kota Bukittinggi.*

Kata kunci : *nomophobia, big five personality, smartphone, siswa SMA*

Pendahuluan

Nomophobia adalah penggunaan secara berlebihan hingga tidak bisa lepas dari smartphone (Yildirim, 2014). *Nomophobia* atau *no-mobile-phone-phobia* diartikan juga sebagai ketakutan irasional yang terjadi ketika seseorang tidak dapat menjangkau *smartphone* atau berkomunikasi melalui perangkat seluler miliknya (King, Valenca, & Nardi 2010). Meskipun hingga saat ini *nomophobia* belum terdaftar pada DSM-V, banyak penelitian yang menyebutkan *nomophobia* adalah bagian dari agoraphobia (King et al., 2010; King et al., 2013; Yildirim, 2014; Bragazzi & Puente, 2014). Kecenderungan *nomophobia* dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan yaitu

psikologis, fisik, relasi sosial, perilaku, pekerjaan, hingga dapat berurusan dengan hukum (Yuwanto, 2010).

Idealnya penggunaan *smartphone* memberikan banyak dampak positif bagi penggunaannya, namun apabila penggunaannya terlalu berlebihan dapat mengganggu produktivitas individu dan menyebabkan kurang optimal dalam melakukan berbagai kegiatan (Aggarwal, Basu, & Grover, 2012). Menurunnya prestasi belajar dan keterampilan dalam berperilaku sosial menjadi salah satu dampak dari tidak dapat mengontrol penggunaan *smartphone* pada remaja (Febriana & Mariyana, 2020). *Nomophobia* juga berisiko tinggi mengalami stres, kehilangan konsentrasi, memiliki perasaan kurang bahagia dan intensi bunuh diri (Aggarwal, Basu, & Grover, 2012). Medical College di India menemukan 20% subjek merasa tidak dapat berkonsentrasi dan menjadi stres ketika tidak dapat mengakses *smartphone* miliknya pada saat kehabisan daya baterai (Dixit et al., 2010). Penelitian Aljomaa (2016) terhadap 416 remaja juga menunjukkan 48% remaja mengalami perasaan tidak nyaman ketika tidak dapat mengakses *smartphone* mereka.

Berdasarkan hasil survei data awal yang peneliti sebar pada tanggal 3 Januari 2021, siswa SMA di Bukittinggi merasa kesulitan jika jauh dari *smartphone*. Mayoritas siswa menggunakan *smartphone* pada saat jam pelajaran di dalam kelas, rapat organisasi, situasi santai maupun formal (Aurelia, 2021). Mereka merasa gelisah ketika kehabisan daya baterai *smartphone*, kuota internet habis, tidak tersedianya wifi dan panik ketika lupa dimana menyimpan *smartphone*. Selain itu mereka juga membawa *smartphone* kemana-mana termasuk saat berkumpul dengan keluarga, makan, tidur, hingga pergi ke toilet. Ketika akan tidur pun mereka meletakkan *smartphone* tidak jauh dari tempat tidur agar mudah dijangkau ketika ada notifikasi berbunyi. Pada umumnya mereka mengecek *smartphone* sebelum dan setelah bangun tidur, menghabiskan banyak waktu bersama *smartphone* dengan berbagai tujuan seperti mengambil foto, mengecek pesan singkat, melihat koleksi foto, mengecek laman sosial media, browsing dan online shopping.

Menurut Bianchi dan Phillips (2005) *self-esteem*, jenis kelamin, *neuroticism personality*, *extraversion personality*, dan usia merupakan faktor-faktor yang dapat memberikan pengaruh pada *nomophobia*. *Extraversion* menunjukkan tipe kepribadian yang cenderung mempunyai sikap ramah serta senang berinteraksi dengan orang lain (Eysenck & Eysenck, 1991). Namun Bianchi & Phillips (2005) menambahkan bahwa *extraversion* akan memiliki risiko mengalami berbagai perilaku adiktif akibat dari kecenderungannya untuk mencari sensasi. Individu *extravert* umumnya memiliki alasan untuk mencari situasi sosial, wadah untuk mengekspresikan diri dan sebagai sarana untuk menunjukkan eksistensinya secara luas. Sosialisasi merupakan satu ciri *extraversion* karena mereka biasanya mempunyai lingkaran sosial yang luas.

Menurut Argumosa, Boada, dan Vigil (2017) *nomophobia* berkaitan dengan kepribadian terutama *ekstraversion* dan *neuroticism* memprediksi individu mengalami kecenderungan *nomophobia*. Kepribadian *ekstraversion* dan *neuroticism* sangat terikat dengan *smartphone* dimana kecemasan tidak menggunakan *smartphone* menjadi prediktor kecenderungan *nomophobia*. Sementara tipe kepribadian *agreeableness*, dan *conscientiousness* tidak memiliki pengaruh dalam memprediksi kecenderungan *nomophobia* (Okoye, Harry, & Obikwelu, 2017). Namun Rahmania & Prastuti (2021) mengatakan bahwa *neuroticism*, *ekstraversion*, *agreeableness*, dan *openness* memiliki hubungan positif signifikan dengan *nomophobia*. *Ekstraversion* tinggi mengindikasikan kecemasan, ketakutan dan perilaku penyalahgunaan *smartphone*. Sementara kepribadian *conscientiousness* digambarkan sangat berhati-hati, dapat menahan diri untuk menggunakan teknologi apapun, dan dapat mengalihkan perhatian.

Fenomena *nomophobia* terutama pada siswa SMA penting untuk dilakukan karena semakin menunjukkan kondisi yang mengkhawatirkan. Mayoritas siswa yang sudah menunjukkan gejala *nomophobia* akan semakin sulit untuk melakukan terapi diri sendiri. Penelitian ini ingin melihat perbedaan tingkatan kecenderungan *nomophobia* pada setiap jenis tipe keribadian *openness to experience, conscientiousness, ekstrovert, agreeableness, dan neoriticism*. Hasil dari penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberikan informasi mengenai ciri-ciri tipe kepribadian yang memiliki kerentanan untuk mengalami kecenderungan *nomophobia*.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif komparatif dengan tujuan ingin membandingkan bagaimana kecenderungan *nomophobia* dari tipe kepribadian yang ada. Pemilihan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik sampel proposional. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 320 responden siswa SMA dari beberapa sekolah di Kota Bukittinggi yang terdiri dari 117 laki-laki dan 203 perempuan. Pengolahan data menggunakan analisis data *one-way-anova* dengan bantuan SPSS 16 untuk menguji perbedaan dari satu variabel bebas yang memiliki tiga kelompok data atau lebih.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuisisioner kecenderungan *nomophobia* yang disusun oleh peneliti berdasarkan dimensi perasaan tidak dapat berkomunikasi, kehilangan konektivitas, tidak dapat mengakses informasi dan menyerah pada kenyamanan yang dikemukakan oleh Yildirim (2014) berisi 34 pernyataan. Skala *big five personality* menggunakan skala dari (Akhtar & Azwar, 2019) yaitu IPIP (*International Personality Item Pool*) yang sudah diterjemahkan kedalam Bahasa Indonesia dalam IPIP-BFM-50, terdiri dari 50 pernyataan.

Hasil Penelitian

Hasil analisis data pertama menampilkan deskripsi data tingkat kecenderungan *nomophobia* secara keseluruhan.

Tabel 1.
Kategorisasi Kecenderungan Nomophobia (N=320)

No.	Skor	Kategorisasi Kecenderungan Nomophobia	Subjek	
			F (Σ)	(%)
1	$110 \leq X$	Sangat Tinggi	0	0%
2	$93,5 \leq X < 110,5$	Tinggi	186	58,2%
3	$76,5 < X < 93,5$	Sedang	101	31,5%
4	$64,5 < X \leq 76,5$	Rendah	13	4,1%
5	$X < 64,5$	Sangat Rendah	20	6,2%
Total			320	100%

Siswa SMA dan SMK sederajat di Kota Bukittinggi memiliki kecenderungan *nomophobia* yang berada dalam kategori tinggi. Dengan kata lain mayoritas subjek ketika dihadapkan dalam kondisi tidak dapat mengakses *smartphone* mereka merasa cemas dan khawatir.

Selanjutnya tabel 2 menampilkan lima kategorisasi kecenderungan *nomophobia* berdasarkan tipe kepribadian subjek penelitian, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa subjek yang memiliki tipe kepribadian *extraversion* memiliki tingkat kecenderungan *nomophobia*

pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa kecenderungan *nomophobia* lebih tampak pada siswa dengan kepribadian yang cukup aktif, enerjik, banyak bicara, berani, dan mudah bergaul. Selanjutnya, kepribadian yang cenderung mengalami *nomophobia* diikuti oleh *agreeableness*. Pada subjek dengan tipe kepribadian *conscientiousness* dan *openness to experiences* mayoritas mereka memiliki tingkat kecenderungan *nomophobia* pada kategori rendah. Selanjutnya tipe kepribadian *neuroticism* menunjukkan tingkatan kecenderungan *nomophobia* yang berada pada kategori sedang

Tabel 2
Kecenderungan Nomophobia Berdasarkan Big Five Personality

Big Five Personality	Kategorisasi Kecenderungan Nomophobia	Subjek	
		F(Σ)	%
<i>Openness To Experience/ Intellect</i>	Sangat Tinggi	0	0%
	Tinggi	1	2,6%
	Sedang	12	30,8%
	Rendah	22	56,4%
	Sangat Rendah	4	10,2%
Total		39	100%
<i>Conscientiousness</i>	Sangat Tinggi	0	0%
	Tinggi	2	1,8%
	Sedang	37	34%
	Rendah	64	58,7%
	Sangat Rendah	6	5,5%
Total		109	100%
<i>Extraversion</i>	Sangat Tinggi	0	0%
	Tinggi	32	56,2%
	Sedang	18	31,6%
	Rendah	7	12,2%
	Sangat Rendah	0	0%
Total		57	100%
<i>Agreeableness</i>	Sangat Tinggi	0	0%
	Tinggi	35	57,4%
	Sedang	21	34,4%
	Rendah	2	3,3%
	Sangat Rendah	3	4,9%
Total		61	100%
<i>Neuroticism/ Emotional Stability</i>	Sangat Tinggi	0	0%
	Tinggi	1	1,9%
	Sedang	33	61,1%
	Rendah	15	27,8%
	Sangat Rendah	5	9,2%
Total		54	100%
Jumlah		320	100%

Sebelum dilakukan uji *one-way-anova* data diuji normalitas dan homogenitasnya terlebih dahulu. Adapun tujuannya untuk meyakinkan penyebaran data berada pada kondisi normal dan data dalam penelitian ini bersifat homogen. Table 3 menunjukkan hasil uji normalitas data variabel kecenderungan *nomophobia* dengan nilai $p = 0,125$ ($p > 0,05$). Selanjutnya pada variabel *big five personality* memiliki nilai $p = 0,152$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa data pada kedua variabel terdistribusi secara normal.

Tabel 3.
Hasil Uji Normalitas Sebaran Big Five Personality dan Kecenderungan Nomophobia

Variabel	K-SZ	P	Keterangan
Kecenderungan <i>Nomophobia</i>	1,177	0,125	Normal
<i>Big Five Personality</i>	1,135	0,152	Normal

Selanjutnya uji homogenitas diperoleh nilai $p = 0,656$ ($p > 0,05$). Dengan kata lain data dalam penelitian ini bersifat homogen.

Tabel 4.
Hasil Uji Homogenitas Big Five Personality

Levene Statistic	df1	df2	Sig.	Keterangan
0,610	4	315	0,656	Homogen

Adapun untuk menjawab pertanyaan penelitian ini adalah berdasarkan hasil uji *one-way-anova* diperoleh nilai signifikansi Sig. = 0,038 (Sig.<0,05). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kecenderungan *nomophobia* ditinjau dari *big five personality*.

Tabel 5.
Hasil Uji Hipotesis

Kecenderungan <i>Nomophobia</i>	F	Sig.
Kecenderungan <i>Nomophobia</i> Berdasarkan <i>Big Five Personality</i>	2,566	0,038

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kecenderungan *nomophobia* ditinjau dari *big five personality* pada siswa SMA dan SMK Sederajat di Kota Bukittinggi. Dengan kata lain memang ada perbedaan kecenderungan *nomophobia* pada setiap tipe kepribadian berbeda. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa kepribadian menjadi prediktor dari kecenderungan *nomophobia* (Argumosa-Villar, Boada-Grau, & Vigil-Colet, 2017; Bianchi & Philips, 2005; Rahmania & Prastuti, 2021). Selanjutnya kecenderungan *nomophobia* juga dapat dilihat berdasarkan tipe kepribadian. Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, siswa dengan kepribadian *extraversion* merupakan pribadi yang lebih cenderung mengalami *nomophobia*. Hal yang sama juga dikatakan oleh penelitian sebelumnya yang mengemukakan bahwa tipe kepribadian *extraversion* memprediksi *nomophobia* secara signifikan (Argumosa-Villar, Boada-Grau, & Vigil-Colet, 2017; Okoye, Harry, & Obikwelu, 2017).

McCrae dan Costa (2003) menjelaskan bahwa individu dengan kepribadian *extraversion* merupakan pribadi yang aktif, sering berbicara, berenergi, mudah bergaul dan menyukai kesenangan. Lebih lanjut, pribadi *extraversion* sebagai individu yang cenderung memiliki *nomophobia* digambarkan melalui kecenderungan dalam menghabiskan waktu yang lebih banyak untuk menikmati serta mempertahankan hubungan dengan orang lain. Hal tersebut membuat kepribadian *extraversion* lebih rentan mengalami kecenderungan *nomophobia*, karena pada dasarnya individu dengan tipe kepribadian *extraversion* tinggi memiliki kebutuhan untuk terlibat dalam situasi sosial termasuk *smartphone* (Bianchi & Phillips, 2005).

Sosiabilitas merupakan ciri utama tipe kepribadian *extraversion* dengan konsekuensi cenderung memiliki lingkaran pertemanan dan jaringan sosial yang lebih besar. Hal ini mendorong individu dengan tipe kepribadian *extraversion* untuk tetap mempertahankan hubungan dengan banyak orang secara luas melalui pesan singkat, video call dan memainkan *smartphone*. Mereka bahkan tetap menggunakan *smartphonanya* di tempat yang dilarang penggunaannya seperti pom bensin, toilet, dan pesawat, sehingga perilaku ini dapat mengarah kepada kecenderungan *nomophobia* (Bianchi & Phillips, 2005).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa *agreeableness* juga berpotensi menimbulkan *nomophobia*. Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan penelitian

terdahulu yang menjelaskan bahwa kepribadian *agreeableness* tidak terlalu berkaitan secara signifikan terhadap *nomophobia*, karena pribadi *agreeableness* tidak rentan terhadap kecemasan irasional, khususnya terhadap *smartphone* (Okoye, Harry, & Obikwelu, 2020). McCrae dan Costa (2003) menyatakan individu dengan skor *agreeableness* tinggi digambarkan sebagai individu yang ramah, penuh kasih sayang, toleran, dermawan. Sementara pada individu dengan skor rendah digambarkan sebagai individu yang memiliki interaksi sosial yang buruk di dunia nyata, sehingga menyadari orang lain membuat jarak, tidak adanya kedekatan dan memotivasi individu untuk mencari kontak sosial didalam *smartphone* yang dapat mengarah pada perilaku kecenderungan *nomophobia*.

Individu dengan tipe kepribadian *conscientiousness* merupakan pribadi yang terorganisir, tekun, tepat waktu, efisien dalam melakukan pekerjaan dan sistematis (McCrae & Costa 2003). Lebih lanjut, pribadi dengan *conscientiousness* rendah digambarkan sebagai pribadi yang ceroboh tidak konsisten dan lalai, tidak peduli dengan perencanaan, kemudian pribadi ini lebih tertarik dengan *smartphone* sehingga dapat mengarahkan kepada perilaku kecenderungan *nomophobia* karena terlalu asyik bersama *smartphone* sehingga tidak memperhatikan tugas di kehidupan sehari-hari (Abraham, Mathias & Williams, 2014).

Individu dengan tipe kepribadian *neuroticism* digambarkan sebagai pribadi yang cenderung sensitif, mudah cemas, gugup, dan tegang (McCrae & Costa 2003). Kemudian pribadi dengan tipe kepribadian *neuroticism* menggunakan *smartphone* secara berlebihan akan menyebabkan orang dengan tipe kepribadian ini mudah merasa cemas ketika tidak dapat mengakses informasi melalui *smartphonanya* dan pada saat mengirim pesan atau email, ketika tidak segera mendapatkan balasan dari pesan atau email yang dikirim membuat pribadi ini merasa khawatir dan mudah cemas (Bianchi & Phillips, 2005).

Tipe kepribadian terakhir yang menjadi prediktor terhadap kecenderungan *nomophobia* pada subjek penelitian ini ialah *openness to experience/intellect*. Hasil ini bertolak belakang dengan temuan Okoye, Harry dan Obikwelu, (2020) yang menunjukkan bahwa *openness to experience/intellect* mempengaruhi *nomophobia* secara signifikan. Pribadi *openness to experience/intellect* dengan kecenderungan *nomophobia* digambarkan sebagai individu yang tidak kreatif dan konvensional, sehingga mereka tidak mencari kegiatan lain, melainkan tetap pada perilaku bermain *smartphone* yang mengarah pada perilaku kecenderungan *nomophobia* (Ariana & Prasetyo, 2016). Bertolak belakangnya hasil penelitian saat ini dengan sebelumnya dikarenakan mayoritas subjek pada penelitian ini memiliki skor *openness to experience/intellect* yang tinggi dimana subjek merupakan pribadi yang intelektual aktif dan berpikiran terbuka, kreatif, introspektif, memiliki imajinasi yang hidup, serta memiliki beragam minat.

Selain penjabaran mengenai bagaimana masing-masing tipe kepribadian mempengaruhi *nomophobia*, diperoleh juga hasil mengenai kategori *nomophobia* pada subjek penelitian. Perolehan hasil penelitian menunjukkan bahwa kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMA dan SMK sederajat di Kota Bukittinggi secara umum berada pada kategori tinggi, artinya subjek penelitian merasa cemas dan khawatir ketika tidak dapat mengakses *smartphone*. Akhirnya, dominasinya subjek pada kategori tinggi terkait kecenderungan *nomophobia* perlu diwaspadai karena *nomophobia* tidak lepas dari perasaan cemas dan khawatir yang dirasakan pada subjek penelitian, khususnya ketika tidak dapat mengakses *smartphone* (Kuscu, Gumustas, Rodopman Arman, & Goksu, 2021).

Simpulan dan Saran

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan kecenderungan *nomophobia* ditinjau dari *big five personality*. Selain itu mayoritas subjek berada pada kategori tinggi untuk mengalami kecenderungan *nomophobia*. Jenis kepribadian subjek didominasi oleh

tipe kepribadian *conscientiousness*, *agreeableness*, *neuroticism*/ *emotional stability*, dan terakhir *extraversion*, dan *openness to experience*/ *intellect*. Kepribadian yang memiliki kerentanan untuk mengalami kecenderungan *nomophobia* membutuhkan pengontrolan terhadap diri sendiri. Selain itu implikasi dari temuan ini adalah bagi orang tua dapat lebih mengawasi anaknya dalam penggunaan *smartphone*. Untuk penelitian selanjutnya disarankan dapat meninjau variable lain yang dapat mempengaruhi kecenderungan *nomophobia*.

Daftar Pustaka

- Abraham, N., Mathias, J., & Williams. S. (2014). A study to assess the knowledge and effect of nomophobia among students of selected degree college in Mysore. *Asian Journal of Nursing Education and Research* 4(4), 421-428. <http://dx.doi.org/10.5958/2454-2660.2019.00075.9>
- Aggarwal, M., Basu, D., & Grover, S. (2012). Mobile phone use by resident doctor: Tendency to addiction-like behaviour. *German Journal of Psychiatry*, 15(2) 50-55
- Argumosa-Villar, L., Boada-Grau, J., & Vigil-Colet, A. (2017). Exploratory investigation of theoretical predictors of nomophobia using the Mobile Phone Involvement Questionnaire (MPIQ). *Journal of Adolescence*, 56, 127-135. <https://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.02.003>
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Cyber Psychology & Behavior*, 8(1), 39-52
- Bragazzi, N. L., & Puente, G. D. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155-160. <https://dx.doi.org/10.2147/PRBM.S41386>
- Febriana, C., & Mariyana (2020). Hubungan karakteristik remaja dengan tingkat kecanduan gadget dikota bukittinggi. *Real in Nursing Journal*, 3(3), 174- 183. <http://dx.doi.org/10.32883/rnj.v3i3.1054.g404>
- King, A. L. S., Valenca, A. M., & Nardi, A. E. (2010). Nomophobia: The mobile phone in panic disorder with agoraphobia reducing phobias or worsening of dependence?. *Cognitive and Behavioral Neurology*, 23(1). 52-54. <http://dx.doi.org/10.1097/WNN.0b013e3181b7eabc>
- King, A. L. S., Valenca, A. M., Silva, ACO., Baczynski, T., Carvalho, M. R., & Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia?. *Computers in Human Behavior* 29(1). 140-144. <https://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.025>
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2006). *Personality in Adulthood Second Edition A Five-Factor Theory Perspective*. New York: The Guilford Press
- Nasution, J. A., Neviyarni, S., & Alizamar. (2017). Motif siswa menggunakan *smartphone* dan penggunaannya. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 3(2), 15-29. <https://dx.doi.org/10.29210/02017114>
- Okoye, C. A. F., Harry, H. O. N., & Obikwelu, V. C. (2017). Nomophobia among undergraduate: Predictive influence of personality trait. *Practicum Psikologia*, 7(2), 64-74
- Prasetyo, A., & Ariana, A. D. (2016). Hubungan antara the big five personality dengan nomophobia pada wanita dewasa awal. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 5(1), 1-9.
- Rahmania, D. B., & Prastuti, E. (2021). Peran dimensi kepribadian terhadap nomophobia mahasiswa. *Jurnal Sains Psikologi*, 3(1). 9-20
- Villar, L. A., Grau, J. B., & Colet, A. V. (2017). Exploratory investigation of theoretical predictor of nomophobia using the mobile phone involvement questionnaire (MPIQ). *Journal of Adolescence*, 56, 127- 135. <https://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.02.003>

- Yildirim, C. (2014). Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research. *Graduate Theses and Dissertations*, 1-102.
- Yulman. (2018). *Kehadiran taman digital menunjang program bukittinggi smart city*. Retrieved Maret 6, 2021 from <http://bukittinggikota.go.id/berita/kehadiran-taman-digital-menunjang-program-bukittinggi-smart-city>
- Yuwanto, L. (2010). *Mobile phone addict*. Retrieved Oktober 26, 2020 from https://www.ubaya.ac.id/2018/content/articles_detail/10/Mobile-Phone-Ad\dict.html