



Hubungan Antara Intensitas Penggunaan *Facebook* dengan Kecenderungan *Nomophobia* Mahasiswa BK Undana

Gabriela A.C Da Costa¹, Muhamad D. Pua Upa², Lolang M. Masi³ & Andriani P Nalle⁴

¹⁻⁴ Universitas Nusa Cendana, Kupang ✉ (e-mail) aureldacosta1@gmail.com

*Corresponding Author, E-mail: aureldacosta1@gmail.com

Received: 29/05/2023

Accepted: 20/08/2023

First Published: 21/08/2023

Published by:

Prodi Bimbingan Konseling,
FKIP - Universitas Nusa Cendana
Kupang - NTT



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2022 by author

Abstract

The use of facebook and nomophobia has a very negative impact on students.. This research uses a quantitative approach with a type of correlation descriptive research. This research was carried out at the Guidance and Counseling Study Program of FKIP Nusa Cendana University Kupang with a total population of 209 people and a sample of 70 people. The sampling technique used is the purposive sampling method or respondents who have the characteristics of the same criteria. Person product moment correlation analysis shows that between the intensity of facebook use and the tendency to nomophobia has a positive directional relationship shown with an r value of 0.452 The results of the correlation significance test, showed that there was a significant relationship between the intensity of facebook use and the nomophobia tendency of students of the Guidance and Counseling Study Program FKIP Nusa Cendana Kupang University as evidenced by the r -count value $> r$ table ($0.452 > 0.273$). Based on the results of the study, it was concluded that there is a relationship between the intensity of Facebook use and the nomophobia tendency of BK Undana students. The higher the intensity of facebook use, the higher the tendency to nomophobia, on the contrary, the lower the intensity of facebook use, the nomophobia tendency of BK Undana students is also lower

Keyword: Facebook, Nomophobia, Students

Abstrak

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif korelasi. Penelitian ini dilaksanakan di Program studi BK FKIP Undana Kupang dengan jumlah Populasi 209 orang dan sampel 70 orang. Berdasarkan hasil analisis data, kecenderungan nomophobia mahasiswa program studi bimbingan dan konseling FKIP Universitas Nusa Cendana berada pada kategori rendah dalam kecenderungan nomophobia dengan presentasi 44%. Analisis korelasi person product moment menunjukkan bahwa antara intensitas penggunaan facebook dan kecenderungan nomophobia memiliki hubungan arah yang positif ditunjukkan dengan nilai r sebesar 0.452. Hasil pengujian signifikansi korelasi, menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan facebook dengan kecenderungan nomophobia Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Nusa Cendana Kupang dibuktikan dengan nilai r -hitung $> r$ tabel ($0.452 > 0.273$). Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara intensitas penggunaan facebook dengan kecenderungan nomophobia mahasiswa BK Undana. Semakin tinggi intensitas penggunaan facebook maka semakin tinggi juga kecenderungan nomophobia, sebaliknya semakin rendah intensitas penggunaan facebook maka kecenderungan nomophobia mahasiswa BK Undana juga semakin rendah

Kata Kunci: Facebook, Nomophobia, Mahasiswa

Citation: Gabriela A.C Da Costa¹, Muhamad D. Pua Upa², Lolang M. Masi³ & Andriani P Nalle⁴. (2023). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Facebook dengan Kecenderungan *Nomophobia* Mahasiswa BK Undana. *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora*, 1(2). DOI: <https://doi.org/10.35508/jbkf.v1i2.11268>

PENDAHULUAN

Media massa merupakan suatu istilah yang mulai dipergunakan pada tahun 1920-an untuk mengistilahkan jenis media yang secara khusus didesain untuk mencapai masyarakat yang sangat luas. Media massa terdiri dari berbagai jenis salah satunya adalah media massa *modern*. Seiring dengan perkembangan teknologi dan sosial budaya, telah berkembang media-media lain yang kemudian dikelompokkan ke dalam media massa seperti internet (Londa, 2017).

Maraknya media sosial menjadi *trend* tersendiri dalam kehidupan masyarakat khususnya di Indonesia, seakan-akan hal tersebut menjadi kegiatan rutin yang harus dilakukan setiap hari. Kemudahan dalam bersosialisasi dan saling bertukar informasi adalah salah satu manfaat yang dirasakan oleh pengguna ditambah lagi aplikasi ini bersifat *free* atau gratis dan bisa dipasang di perangkat *mobile*. Tingginya tingkat penggunaan media sosial diterjemahkan sebagai peluang untuk berbagai aktivitas seperti beriklan. Media sosial merupakan fenomena baru yang telah mengubah cara lingkungan bisnis berjalan. (Hidayat, 2017). Ada banyak jenis media sosial yang sekarang banyak digunakan salah satunya adalah *facebook*.

Facebook merupakan situs jejaring sosial yang dibuat Mark Zuckerberg telah menjadi virus yang mewabah jutaan manusia di seluruh dunia. *Facebook* merupakan situs jejaring sosial yang paling *populer* di dunia untuk saat ini, mengingat situs ini kaya akan fitur yang dimilikinya dan penggunaannya pun sangat sederhana. Dalam kaitan dengan pembelajaran, media *Facebook* diharapkan mampu membekali peserta didik keterampilan yang dapat menjawab permasalahan mendatang. Penggunaan jejaring sosial *Facebook* bukan hanya berdampak positif bagi penggunaannya tetapi juga dapat berdampak negatif. Peserta didik diharapkan dapat mengembangkan diri terhadap kemajuan zaman ke arah yang positif dengan pemikiran yang kritis, sistematis, logis, kreatif yang dibarengi dengan kemauan serta kerja sama di berbagai bidang, sebab *Facebook* memiliki fitur-fitur pendukung yang memungkinkan peserta didik dapat belajar dengan kondisi belajar yang berdaya tarik dan menyenangkan (Mutia, 2016). Kemudahan yang didapatkan di *facebook* menjadi daya tarik tersendiri bagi para remaja, sehingga sebagian besar mereka memiliki akun *facebook*. Sayangnya, penggunaan *facebook* oleh pelajar/mahasiswa di tanah air sering digunakan untuk sesuatu yang tidak bermanfaat atau hanya sekedar untuk bersenang-senang (*just for fun*) belaka. Mereka lebih suka memainkan *game*, kuis yang tidak jelas tujuan dan manfaatnya, atau sekedar *chatting* dengan topik yang tidak perlu. Kegiatan seperti ini akan banyak membuang waktu dan memboroskan dana saja. (Kustijono, 2018) Tingginya tingkat penggunaan *facebook* menyebabkan individu tidak bisa berjauhan dengan *handphone* atau seringkali disebut sebagai *nomophobia*.

Nomophobia merupakan jenis fobia yang ditandai dengan kecemasan dan ketakutan yang berlebihan jika seseorang kehilangan atau jauh dari ponselnya. Orang-orang, terutama remaja yang menderita *nomophobia* selalu hidup dalam kekhawatiran dan selalu was-was atau cemas dalam meletakkan ponselnya, kehabisan baterai atau pulsa, atau karena tidak memiliki jaringan (Wahyuni & Harmaini, 2018) selain itu *Nomophobia* juga merupakan suatu keadaan dimana timbulnya perasaan cemas jika dijauhkan dari *handphone*. Hal tersebut dapat terjadi seperti jika seseorang dalam suatu area tanpa terkoneksi jaringan internet atau kehabisan baterai pada *handphone*, seseorang akan merasa dirinya terancam bahkan ada yang mengalami kecemasan (*phobia*), depresi, yang dapat mempengaruhi kesehatan psikologis (Ginting, 2022) *Nomophobia* juga memiliki ciri-ciri atau gejala tertentu.

Seseorang yang didiagnosa menderita *nomophobia* dapat dicirikan yaitu dengan perilaku kecemasan yang berlebihan seperti tidak sanggup menonaktifkan ponselnya untuk beberapa waktu, memiliki rasa khawatir yang berlebihan jika daya baterai ponselnya habis, terus-menerus membuka ponselnya walaupun hanya sekedar memeriksa pesan, panggilan, email baru dan sosial media. Bahkan mereka akan membawa ponselnya ke kamar mandi karena merasa terlalu cemas jika ponselnya jauh dari genggamannya. Individu yang menunjukkan perilaku *nomophobia* menjadi cemas ketika mereka berjauhan dengan *handphone*, ketika kehabisan daya baterai, tidak terdapat jaringan, dan tidak memiliki paket internet. Kecemasan berdampak buruk terhadap konsentrasi seseorang untuk melakukan aktivitas sehari-hari seperti membawa ponselnya ke kamar mandi karena merasa terlalu cemas jika ponselnya jauh dari genggamannya (Ginting,2022) selain memiliki ciri-ciri atau gejala tertentu *nomophobia* juga memiliki dampak.

Salah satu dampak dari *Nomophobia* terganggunya konsentrasi seseorang, yang dimana konsentrasi belajar merupakan kemampuan seorang untuk memusatkan segenap kekuatan perhatian pada suatu situasi pembelajaran. Unsur motivasi dalam hal ini sangat membantu tumbuhnya proses pemusatan perhatian, di dalam konsentrasi ini melibatkan mental secara detail sangat diperlukan. Jika seorang siswa mengalami suatu kesulitan dalam berkomunikasi, jelas belajarnya akan sia-sia karena hanya akan membuang tenaga, waktu, pikiran maupun biaya. Seseorang yang dapat belajar dengan baik adalah orang yang dapat berkomunikasi dengan baik(Puswati & Sari, 2021).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Ria Wahyuni dan Harmaini di SMAN 02 Bengkalis tentang hubungan antara intensitas menggunakan *facebook* dengan kecenderungan *nomophobia*. Hasil analisis data menunjukkan korelasi intensitas penggunaan *facebook* dengan *nomophobia* ada hubungan antara intensitas penggunaan *facebook* dengan kecenderungan menjadi *nomophobia* pada remaja. Hal ini berarti tinggi rendahnya intensitas penggunaan *facebook* berhubungan dengan kecenderungan menjadi *nomophobia*.

Berdasarkan observasi mengenai kondisi di lapangan, permasalahan yang terkait dengan intensitas menggunakan *facebook* dengan kecenderungan *nomophobia* juga terdapat pada mahasiswa BK Undana. Menurut hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa BK Undana mereka mengakui aplikasi *facebook* memiliki dampak positif dan juga dampak negatif. Dampak positifnya berupa mereka bisa berkomunikasi dengan kawan untuk menanyakan tugas walaupun tidak memiliki kuota internet karena pada aplikasi *facebook* terdapat mode gratis yang bisa diakses meskipun tidak memiliki paket internet selain itu mereka juga bisa berbisnis online pada marketplace pada aplikasi *facebook* namun aplikasi *facebook* juga memiliki dampak negatif jika digunakan secara terus menerus.

Dampak negatif dari penggunaan *facebook* yang pertama yaitu mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain *facebook* sehingga mereka sering melalaikan tugas yang diberikan dosen yang kedua mahasiswa mudah menerima informasi-informasi yang belum pasti kebenarannya (*hoax*), yang ketiga mahasiswa kurang peka atau kurang peduli dengan keadaan sekitar karena asyik *chattingan* di aplikasi *facebook*, yang keempat mahasiswa kurang berinteraksi di dunia nyata karena sibuk bermain *facebook* selain itu dampak negatif *facebook* pada mahasiswa BK Undana juga mahasiswa seringkali terlibat konflik dengan teman sebaya karena menggunakan kalimat yang menyinggung perasaan oranglain.penggunaan aplikasi *facebook* dan aplikasi-aplikasi lainnya juga menyebabkan ketergantungan *handphone* (*nomophobia*) pada mahasiswa .mahasiswa tidak bisa lepas dari *handphone* bahkan ketika makan atau melakukan aktivitas lain mereka selalu menggunakan hp. Mereka juga merasa tidak nyaman jika tak mendapat akses informasi dari *handphone* mereka bahkan merasa takut dan cemas ketika batrei *handphone* habis dan akses internet putus. Hal ini membuat jam belajar mereka berkurang

karena sangat bergantung pada *handphone* atau kecenderungan *nomophobia* mahasiswa juga mengakui mereka selalu merasa panik dan gelisah saat jauh dari *handphone* mereka walaupun hanya beberapa menit mereka juga mengalami gangguan tidur atau tidur tidak tepat waktu karena harus menghabiskan waktu untuk bermain *handphone*. Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan antara intensitas menggunakan *facebook* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa BK Undana” agar dapat mengetahui intensitas penggunaan *facebook* dan mengatasi kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa BK Undana

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Desain penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang syaratnya dengan nuansa angka-angka dalam teknik pengumpulan data dilapangan. Dalam analisis data, metode penelitian kuantitatif memerlukan bantuan perhitungan ilmu statistik, baik statistik deskriptif maupun statistik inferensial (Ardianto 2011). Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasional. Dikatakan termasuk dalam jenis korelasional karena penelitian ini mencari ada tidaknya hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain.

Sumber Data

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2009). Dalam hal ini peneliti mengambil populasi sebanyak 209 orang yang merupakan Mahasiswa BK Undana semester 8 dan 10.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2012). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *Purposive Sampling*. *Purposive Sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Tujuan digunakan *purposive sampling* adalah untuk menentukan sampel sebuah penelitian yang memang memerlukan kriteria-kriteria tertentu agar sampel yang diambil sesuai dengan tujuan penelitian. Adapun pengambilan sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 70 mahasiswa

Arikunto (1995:120), membedakan berdasarkan banyaknya subjek penelitian, yakni untuk subjek yang kurang dari 100, maka sampel diambil seluruhnya sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, selanjutnya jika jumlah subjeknya besar, dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih tergantung pada kemampuan peneliti dilihat dari waktu, tenaga dan dana, sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subjek dan besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti.

Teknik Pengumpulan Data

Sugiyono (2013) menyatakan bahwa teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah memperoleh data. Peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan tanpa mengetahui teknik pengumpulan data sebelumnya.

Berdasarkan pada masalah yang dikaji dalam penelitian ini, maka untuk mengumpulkan data dari mahasiswa program studi Bimbingan Konseling FKIP Undana yaitu dengan menggunakan model *Skala Likert*. Dengan *skala likert*, maka variable yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variable. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrument yang dapat berupa pernyataan atau pertanyaan.

Pernyataan yang terdiri dari *favorable* (pernyataan mendukung) dan *unfavorable* (pernyataan tidak mendukung), pernyataan tersebut dapat memilih pilihan jawaban yang terdiri dari sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS). Pemberian skor pada masing-masing item *Favorable* diberi rentangan nilai 4-1 sedangkan yang bersifat *Unfavorable* diberi rentangan nilai 1-4.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini meliputi analisis deskriptif adalah teknik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara menjelaskan ataupun memberi gambaran intensitas penggunaan facebook dengan kecenderungan nomophobia mahasiswa BK Undana. Dalam penelitian ini, deskripsi data menggunakan tabel distribusi normal kategori jenjang dan diagram batang. Selanjutnya uji asumsi klasik dilakukan sebelum melakukan analisis korelasi. Analisis korelasi merupakan salah satu jenis statistik inferensial yang lazim digunakan untuk menguji keberadaan hubungan atau pengaruh antara variabel dengan variabel yang lain atau antara sejumlah variabel. Untuk mengetahui hubungan antara perilaku pacaran dengan prokrastinasi akademik, maka teknik yang digunakan adalah teknik *korelasi product moment*. Teknik korelasi ini digunakan untuk mencari hubungan dan membuktikan hipotesis hubungan dua variabel bila data variabel berbentuk interval dan rasio, dan sumber data dari dua variabel atau lebih. Besarnya nilai *r* tabel untuk taraf signifikansi adalah 0,05%, hasil *r* hitung diperoleh dengan menggunakan SPSS versi 26. Jika *r* hitung lebih besar dari *r* tabel maka korelasi signifikansi dengan kata lain H_a diterima dan H_0 ditolak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data intensitas penggunaan *facebook* diperoleh dari hasil penyebaran angket yang disebarakan peneliti kepada mahasiswa semester VII dan IX program studi bimbingan dan konseling FKIP Universitas Nusa Cendana. Masing-masing item diukur dengan skor dari 1 sampai dengan 4 sehingga dapat diperoleh skor terendah dan tertingginya. Skor terendah untuk variabel intensitas penggunaan *facebook* adalah 36 sedangkan tertingginya 144. Skor tertinggi diperoleh dari jumlah banyaknya skor item terendah (36) dikali dengan jumlah alternatif jawaban ($36 \times 4 = 144$) sedangkan skor terendahnya diperoleh dari jumlah banyaknya skor terendah dikali dengan alternatif jawaban ($36 \times 1 = 36$). Diketahui bahwa 7 orang mahasiswa dengan presentase 10% memiliki tingkat penggunaan *facebook* yang sangat tinggi, 23 orang mahasiswa dengan presentase 33% memiliki tingkat penggunaan *facebook* yang tinggi dan 30 orang mahasiswa dengan presentase 43% memiliki tingkat penggunaan *facebook* yang rendah dan 10 orang mahasiswa dengan presentase 14% memiliki tingkat penggunaan *facebook* yang sangat rendah. Data tersebut menunjukkan tingkat penggunaan *facebook* mahasiswa BK undana rendah.

Data kecenderungan *nomophobia* diperoleh dari hasil penyebaran angket yang disebarakan peneliti kepada mahasiswa semester VII dan IX program studi bimbingan dan konseling FKIP Universitas Nusa Cendana. Masing-masing item diukur dengan skor dari 1 sampai dengan 4 sehingga dapat diperoleh skor terendah dan tertingginya. Skor terendah untuk variabel intensitas penggunaan *facebook* adalah 36 sedangkan tertingginya 144. Skor tertinggi diperoleh dari jumlah banyaknya skor item terendah (36) dikali dengan jumlah alternatif jawaban ($36 \times 4 = 144$) sedangkan skor terendahnya diperoleh dari jumlah banyaknya skor terendah dikali dengan alternatif jawaban ($36 \times 1 = 36$). Diketahui bahwa 12 orang siswa dengan presentase 17% memiliki tingkat kecenderungan *nomophobia* yang sangat tinggi, 18 orang siswa dengan

presentase 26% memiliki kecenderungan *nomophobia* yang tinggi dan 31 orang siswa dengan presentase 44% memiliki tingkat *nomophobia* yang rendah dan 9 orang siswa dengan presentase 12% memiliki tingkat kecenderungan *nomophobia* yang sangat rendah. Data tersebut menunjukkan tingkat kecenderungan *nomophobia* mahasiswa BK undana rendah

Berdasarkan data hasil uji hipotesis dalam penelitian ini, menunjukkan adanya hubungan antara intensitas penggunaan *facebook* dengan kecenderungan *nomophobia* mahasiswa Program Studi bimbingan dan konseling FKIP Universitas Nusa Cendana Kupang. Hal ini ditunjukkan dari nilai koefisien untuk uji hipotesis. Dalam pengujian hipotesis, peneliti menggunakan uji korelasi *product moment* dengan menggunakan perhitungan statistic SPSS versi 26. Hasil uji korelasi variabel X yaitu intensitas penggunaan *facebook* dengan variabel Y yaitu kecenderungan *nomophobia* Hasil analisis yang diperoleh peneliti menunjukkan korelasi antara variabel intensitas penggunaan *facebook* dengan kecenderungan *nomophobia* didapatkan nilai r hitung sebesar 0,452 sedangkan nilai r -tabel dimana $n=70$ dan derajat kebebasan 68 dengan taraf signifikan 0,05. Maka diketahui r -tabel sebesar 0,235.

Hal tersebut menunjukkan r -hitung $>$ r -tabel. Maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima yaitu terdapat hubungan antara intensitas penggunaan *facebook* dengan kecenderungan *nomophobia* mahasiswa semester VII Program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Nusa Cendana Kupang dengan arah positif yaitu kenaikan pada variabel X (intensitas penggunaan *facebook*) akan diikuti dengan kenaikan pada variabel Y (kecenderungan *nomophobia*).

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ria Wahyuni dan Harmaini di SMAN 02 Bengkulu (2018) bahwa ada hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan *facebook* dengan kecenderungan *nomophobia*. Pada masa sekarang ini, perkembangan sosial media terutama *facebook* sangat pesat. Hal ini memicu remaja untuk menggunakan *facebook* semakin meningkat yang akan menyebabkan kecenderungan menjadi *nomophobia*. Ketika seseorang memiliki kepercayaan positif dan memandang bahwa *facebook* bisa memberikan manfaat bagi penggunanya, maka hal ini akan mempengaruhi perilaku seseorang dalam menggunakan *facebook*, tetapi ketika individu memandang bahwa *facebook* memberikan dampak buruk maka individu tidak akan menggunakan *facebook*. Ditambah lagi banyaknya kasus-kasus yang terjadi akibat media sosial, misalnya penculikan atau pemerkosaan sedikit banyak berpengaruh terhadap individu untuk menggunakan *facebook*. Selaras dengan PBC, perilaku seseorang dalam menggunakan *facebook*, kecenderungan *nomophobia*. Menurut Kalaskar P.B (2015) juga disebabkan oleh kecanduan menggunakan aplikasi sosial media maupun aplikasi yang lainnya.

Kecenderungan menjadi *nomophobia* itu sendiri adalah ketakutan atau kepanikan yang berlebihan saat berjauhan atau saat tidak menggunakan *handphone*. Individu yang memiliki kecenderungan *nomophobia* cenderung tidak fokus dengan apa yang ada di dunia nyata sehingga ia akan terasingkan dari lingkungannya. Bragazzi dan Puente (2014) mengemukakan bahwa individu yang memiliki kecenderungan *nomophobia* salah satunya sedikit melakukan tatap muka dan sedikit melakukan interaksi sosial di lingkungannya. Ketika mahasiswa berada jauh dari *smartphone*, situasi ini akan memunculkan perasaan kurang nyaman ketika tidak menggunakan *smartphone*. Semakin sering *handphone* mendampingi penggunanya dalam kehidupan sehari-hari, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dialami ketika mereka tidak menggunakan *handphone*. Sehingga *nomophobia* terjadi dikarenakan adanya penggunaan berlebihan dan rasa ketergantungan yang tinggi terhadap *smartphone*. Banyak faktor yang dapat menyebabkan seseorang mengalami kecenderungan *nomophobia*. Bianchi dan Phillips (2005) mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi kecenderungan

nomophobia, yaitu jenis kelamin, harga diri (*self-esteem*), usia, ekstraversi, dan neurotisme (Farhan,2021). Namun pada zaman sekarang seseorang tidak bisa langsung dikatakan *nomophobia* karena ada beberapa pekerjaan yang mengharuskan seseorang untuk selalu menggunakan *handphone* seperti orang-orang yang berjualan secara *live* di media sosial *instagram*, *tiktok* dan *facebook*.

PENUTUP

Berdasarkan data hasil uji hipotesis dalam penelitian ini, menunjukkan adanya hubungan antara intensitas penggunaan *facebook* dengan kecenderungan *nomophobia* mahasiswa Program Studi bimbingan dan konseling FKIP Universitas Nusa Cendana Kupang. Hal ini ditunjukkan dari nilai koefisien untuk uji hipotesis. Dalam pengujian hipotesis, peneliti menggunakan uji korelasi *product moment* dengan menggunakan perhitungan statistic SPSS versi 26. Hasil uji korelasi variabel X yaitu intensitas penggunaan *facebook* dengan variabel Y yaitu kecenderungan *nomophobia* Hasil analisis yang diperoleh peneliti menunjukkan korelasi antara variabel intensitas penggunaan *facebook* dengan kecenderungan *nomophobia* didapatkan nilai *r* hitung sebesar 0,452 sedangkan nilai *r*-tabel dimana *n*=70 dan derajat kebebasan 68 dengan taraf signifikan 0,05. Maka diketahui *r*-tabel sebesar 0,235.

Hal tersebut menunjukkan *r*-hitung > *r*-tabel. Maka dapat disimpulkan bahwa Ha diterima yaitu terdapat hubungan antara intensitas penggunaan *facebook* dengan kecenderungan *nomophobia* mahasiswa semester VII Program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Nusa Cendana Kupang dengan arah positif yaitu kenaikan pada variabel X (intensitas penggunaan *facebook*) akan diikuti dengan kenaikan pada variabel Y (kecenderungan *nomophobia*).

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan Terima kasih kepada Terima kasih bapak Dr. Muhamad D. Pua Upa, MS dan ibu Lolang M. Masi M. Pd yang selalu mendukung dan membimbing selama proses penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- 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*. *Empati*, 6(2), 15–20.
- Dewi. W. G (2021). *HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN KECENDERUNGAN NOMOPHOBIA PADA REMAJA DI SMA NEGERI 15 PEKANBARU* (Doctoral dissertation, Univesitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Everlena,S.N & Londa,N(2017). *Manfaat Jejaring Sosial Facebook Bagi Mahasiswa Asal Papua Yang Kuliah Di Fispol Universitas Sam Ratulangi Manado*. *Acta Diurna Komunikasi*, VI(2), 1–13.
<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/actadiurnakomunikasi/article/view/16204>
- Ginting, F., Ginting, A., Manik, T. A., & Artikel, I. (2022). *Hubungan Ketergantungan Penggunaan Smartphone dengan Nomophobia pada Mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022*. 7(1), 74–80.

- Hidayat, S., Suryantoro, H., & Wiratama, J. (2017). Pengaruh Media Sosial Facebook Terhadap Perkembangan E-Commerce Di Indonesia. *Simetris : Jurnal Teknik Mesin, Elektro Dan Ilmu Komputer*, 8(2), 415. <https://doi.org/10.24176/simet.v8i2.1165>
- Indahwati, R., & Basri, H. (2017). Pengaruh Penggunaan Facebook Sebagai Media Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa. *JURNAL SILOGISME : Kajian Ilmu Matematika Dan Pembelajarannya*, 2(2), 74. <https://doi.org/10.24269/js.v2i2.787>
- Khahani, N. K., & Lestari, D. S. P. (2019). *Jurnal Egaliter*, Vol 3 No.5 Oktober 2019. *Egaliter, Jurnal*, 3(5), 50-67.
- Kustijono, R., Sunarti, T., & Budiningarti, H. (2018). Penggunaan Facebook Sebagai Media Inovatif Dalam Pembelajaran Smp Dan Sma Di Perguruan Muhammadiyah Wiyung Surabaya. *Jurnal ABDI*, 3(2), 68. <https://doi.org/10.26740/ja.v3n2.p68-75>
- Mudrikah, C. (2019). Hubungan antara sindrom FOMO (fear of missing out) dengan kecenderungan nomophobia pada remaja (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Mutia, I., Irfansyah, P., & Widya, L. P. (2016). Pengaruh Jejaring Sosial Facebook Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Teknik Informatika Di Universitas. *Jurnal Edukasi Dan Penelitian Informatika (JEPIN)*, 2(2), 136-141. <https://doi.org/10.26418/jp.v2i2.17632>
- Nuryani, E. (2014). Hubungan Intensitas Mengakses Facebook dengan Motivasi Belajar Siswa SMA Negeri Tenggarong Seberang. *E Journal Ilmu Komunikasi*, 2(3), 178-192. [http://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2014/08/Jurnal\(08-21-14-02-15-26\).pdf](http://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2014/08/Jurnal(08-21-14-02-15-26).pdf)
- Puswati, D., & Sari, N. P. (2021). Hubungan Nomophobia Dengan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa S1 Keperawatan Stikes Payung Negeri Pekanbaru. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 10(2), 379-384. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v10i2.165>
- Ramaita, R., Armaita, A., & Vandelis, P. (2019). Hubungan Ketergantungan Smartphone Dengan Kecemasan (Nomophobia). *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 89. <https://doi.org/10.35730/jk.v10i2.399>
- Rubhan, Apris. (2013). Kontrol diri dan intensitas penggunaan facebook. *jurnal online psikologi*. Vol. 01 No.02. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Sari, I. P., Ifdil, I., & Yendi, F. M. (2020). Konsep Nomophobia pada Remaja Generasi Z. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*, 5(1), 21. <https://doi.org/10.29210/3003414000>
- Setiawati, Y., & Fithriyah, I. (2020). *Deteksi dini dan penanganan kecanduan gawai pada anak*. Airlangga University Press.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.CV
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung :Alfabeta, CV.
- Sugiyono.(2018).*Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Penerbit Alfabeta : Bandung.
- Wahyuni, R., & Harmaini, H. (2018). Hubungan Intensitas Menggunakan Facebook dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 22. <https://doi.org/10.24014/jp.v13i1.2717>
- Yeni,dkk (2018). *Penelitian Pendidikan*. Prenamedia Group: Jakarta