

PENGARUH KEPERIBADIAN *NEUROTICISM* DAN KESEPIAN DENGAN KECENDERUNGAN *NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA

Merli Amprilia Putri¹

merlyamfrilia@email.com

Asri Mutiara Putri²

asri@malahayati.ac.id

Prida Harkina³

prida@malahayati.ac.id

^{1,2,3}Universitas Malahayati, Bandar Lampung, Indonesia

Abstract

This study aims to determine the influence of neuroticism personality traits and loneliness on the tendency of nomophobia among university students. Nomophobia refers to the excessive anxiety or fear experienced when individuals are unable to access or use their smartphones, a common condition among students in the digital era. Neuroticism is characterized by emotional instability, while loneliness reflects emotional and social isolation. This research employed a quantitative approach using a survey method. A total of 110 students from Malahayati University in Bandar Lampung were selected through convenience sampling. The instruments used included the Nomophobia Questionnaire, the Neuroticism Scale, and the UCLA Loneliness Scale. Data were analyzed using multiple linear regression. The results showed that neuroticism and loneliness significantly influenced nomophobia ($F = 9.720; p < 0.05$). Partially, neuroticism had a significant effect on nomophobia ($\beta = 0.381; p = 0.002$), while loneliness did not show a significant effect ($\beta = 0.161; p = 0.143$). The coefficient of determination (R^2) was 11.8%, indicating that both independent variables contributed 11.8% to the nomophobia tendency. Thus, it can be concluded that neuroticism plays a crucial role in influencing nomophobia among students. Individuals with high neuroticism tend to experience greater anxiety when separated from their smartphones.

Keywords: Neuroticism, Loneliness, Nomophobia, University Students

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kepribadian *neuroticism* dan kesepian terhadap kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa. *Nomophobia* merupakan kondisi kecemasan atau ketakutan berlebihan ketika individu tidak dapat mengakses atau menggunakan *smartphone*-nya, yang kerap dialami oleh mahasiswa di era digital. Kepribadian *neuroticism* ditandai oleh ketidakstabilan emosi, sedangkan kesepian merupakan perasaan terisolasi baik secara emosional maupun sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Sampel berjumlah 110 mahasiswa Universitas Malahayati Bandar Lampung yang dipilih dengan teknik *convenience sampling*. Alat ukur yang digunakan meliputi Skala *Nomophobia*, Skala Kepribadian *Neuroticism*, dan UCLA *Loneliness Scale*. Analisis data dilakukan dengan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara kepribadian *neuroticism* dan kesepian terhadap kecenderungan *nomophobia* ($F=9,720; p < 0,05$). Secara parsial, kepribadian *neuroticism* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap nomophobia ($\beta= 0,381; p = 0,002$), sedangkan kesepian tidak berpengaruh signifikan ($\beta = 0,161; p = 0,143$). Koefisien determinasi (R^2) sebesar 11,8%, yang berarti kedua variabel bebas memberikan kontribusi sebesar 11,8% terhadap kecenderungan *nomophobia*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kepribadian *neuroticism* berperan penting dalam memengaruhi kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa. Individu dengan *neuroticism* tinggi lebih rentan mengalami kecemasan saat berjauhan dari *smartphone*-nya.

Kata Kunci: Kepribadian *Neuroticism*, Kesepian, *Nomophobia*, Mahasiswa

A. PENDAHULUAN

Di era pekembangan zaman yang semakin modern seperti sekarang, teknologi digital adalah salah satu alat yang memudahkan si penggunanya mendapatkan apa yang mereka inginkan dan banyak mengubah kehidupan seseorang dari mulai mengakses komunikasi, pendidikan digital, jaringan bahkan kerja sama Al-Mamun et al., (2023). Teknologi digital sudah banyak berkembang salah satunya adalah *smartphone*, *Smartphone* merupakan bagian dari kehidupan manusia dan dapat mempermudah dalam hal berkomunikasi namun Kehadiran *smartphone* melahirkan beberapa masalah baru salah satunya adalah ketergantungan terhadap *smartphone*. Adanya berbagai fasilitas pada *smartphone* berdampak pada banyaknya kenyamanan dan kemudahan, namun dapat menjadi masalah jika menggunakannya secara terus-menerus dan tidak bertanggung jawab, masalah yang akan timbul salah satunya yaitu kecenderungan *nomophobia* Asih & Fauziah, (2017).

Nomophobia adalah perasaan tidak nyaman bahkan cemas jika berjauhan dari *smartphone*. *Nomophobia* ini juga disebut dengan phobia modern dikarenakan dari interaksinya seseorang dengan *smartphone* Yildirim & Correia, (2015). Kecenderungan *nomophobia* bukan hanya merasa cemas karena terpisah dari *smartphone*, tetapi juga ketakutan dan kecemasan yang muncul akibat tidak adanya akses ke jaringan atau sinyal, kehabisan pulsa atau kuota dan baterai *smartphone* yang habis (Muyana & Widyastuti, 2017). Kondisi seseorang yang mengalami *nomophobia* dapat mempengaruhi psikologis dan juga sosial nya dan menyertai gejala fisik pula seperti kelenjar keringat yang meningkat, terjadinya kepanikan secara tiba-tiba, kejang, bahkan bisa sampai masalah pencernaan yang ada dalam tubuh Sazer & Atilgan, (2019).

Menurut Yildirim & Correia, (2015) *Nomophobia* juga mempunyai beberapa karakteristik klinis yang bervariasi seperti menggunakan *smartphone* secara terus-menerus dan menghabiskan banyak waktu. Mereka akan gelisah dan cemas ketika *smartphone* tidak dalam genggaman tangan atau penglihatan mereka. Penelitian dari Sharma et al., (2015) menunjukkan sebanyak 73% partisipan ini mengalami *nomophobia*, namun tidak menyadarinya dan hanya sebanyak 11% partisipan yang tidak mengalami *nomophobia*, sementara 21% partisipan mengalami *anxiety*. 83% partisipan mengalami serangan panik saat tidak mengetahui keberadaan *smartphone*-nya.

Menurut penelitian Irham et al., (2022) kesepian menjadi salah satu faktor terjadinya kecendrungan *nomophobia*, karena seseorang merasakan ketidakpuasan antara kehidupan nyata dengan beberapa keinginan yang disebabkan dari ketidaknyamanan hubungan yang diharapkan mengakibatkan mereka merasakan kesepian dan mengalihkan rasa kesepian dengan bermain *smartphone* yang membuat mereka merasa nyaman ketika bermain *smartphone*, menjadikan timbulya gangguan yaitu kecenderungan *nomophobia*. Hal ini juga searah pada fenomena penelitian yang dilakukan (Selviana, 2020) mengenai "Hubungan Antara Kepribadian *Ekstraversi* dan kesepian Dengan Kecenderungan *Nomophobia* Pada Remaja". Penelitian ini dilakukan pada remaja yang berada di kelas XI dan XII di SMA Annajah yang berjumlah 160 siswa. Berdasarkan hasil penelitiannya disimpulkan bahwa ada kaitan yang kuat dan signifikan antara kesepian dengan kecenderungan *nomophobi*.

Selain kesepian, dapat diketahui pula bahwa kepribadian menjadi salah satu faktor *nomophobia*. Menurut Aurelia & Ningsih (2021) seseorang yang memiliki tipe kepribadian *neuroticism* cenderung memiliki tingkat kecemasan yang tinggi dikarenakan ia merasakan kesepian dan tidak dapat berjauhan dengan *smartphone*-nya dan ini membuat kepribadian *neuroticism* memiliki hubungan erat dengan *nomophobia*.

Menurut penelitian dari (Prasetyo & Ariana, 2016) kepribadian dapat diukur menggunakan pendekatan *big five personality*. *Big five personality* adalah salah satu pendekatan dalam psikologi untuk mengukur dan melihat kepribadian individu Feist & Feist, (2009).

Aurelia & Ningsih (2021)mengungkapkan bahwa seseorang dengan kepribadian *neuroticism* cenderung mudah sensitif dan mudah cemas, gugup, dan tegang. Individu yang memiliki tipe kepribadian *neuroticism* cenderung memiliki tingkat kecemasan yang tinggi dikarenakan ia merasakan kesepian dan tidak dapat berjauhan dengan *smartphone*-nya. Ini yang menjadikan kepribadian *neuroticism* memiliki hubungan yang signifikan dengan *nomophobia* dikarenakan seseorang mengalami kecemasan yang meningkat karena merasa terputus dari sumber informasi atau media sosial. Kecemasan ini mendorong mereka untuk terus-menerus memeriks *smartphone*-nya.

Kepribadian *neuroticism* turut berkontribusi dalam munculnya kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan (Rahmania, 2021) dengan judul “Peran Dimensi Kepribadian Terhadap *Nomophobia* Mahasiswa”, pada 395 mahasiswa universitas negri malang berusia 18-25 tahun. Hasil penelitian menunjukkan ada korelasi positif dan signifikan antara dimensi *neuroticism* dengan *nomophobia* sehingga semakin tinggi *neuroticism* maka semakin tinggi pula *nomophobia* dan sebaliknya.

Berdasarkan uraian permasalahan diatas terdapat dinamika dampak yang positif dan negatif dalam penggunaan *smartphone* yang dapat mengarah pada kecenderungan *nomophobi*. Dengan latar belakang inilah, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh antara kepribadian *neuroticism* dan kesepian dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa. Yang menjadi fokus utama dalam penelitian berjudul “Pengaruh kepribadian *neuroticism* dan kesepian dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa”.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Malahayati Bandar Lampung dengan melibatkan seluruh mahasiswa/mahasiswi seluruh angkatan di Universitas Malahayati Bandar Lampung sebagai subjek penelitian. Tujuan utama dari studi ini adalah untuk menguji sejauh mana pengaruh kepribadian *neuroticism* dan kesepian dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa. Populasi dalam penelitian ini mencangkup seluruh mahasiswa/mahasiswi di Universitas Malahayati Bandar Lampung yang memiliki *smartphone*. Pengambilan sempel dilakukan menggunakan *Convenience sampling*. *Convenience sampling* adalah metode pengambilan sempel yang dilakukan dengan memilih responden yang paling mudah di akses. Sebanyak 150 mahasiswa/mahasiswi ditetapkan sebagai sempel, sementara 110 mahasiswa/mahasiswi ditetapkan sebagai sempel utama.

Instrumen pengumpulan data terdiri atas tiga skala psikologi, yakni skala skala kecenderungan *nomophobia* , kepribadian *neuroticism*, dan skala kesepian. skala *nomophobia* yang mengacu pada teori dan aspek nomophobia menurut Yildirim dan Correin (2014) yang disusun oleh Sundari, (2020) dengan aspek diantaranya adalah tidak bisa berkomunikasi, kehilangan koneksi, tidak dapat mengakses informasi, rasa tidak nyaman. skala kepribadian *neuroticism*, yang disusun dari penelitian (Sumartha, 2020) yang mengacu pada teori Mccrae & Costa (2003). Aspek yang diukur *neuroticism* meliputi kecemasan, mudah marah, kesadaran diri, depresi, kerentanan, dan impulsif. Sementara itu, skala kesepian yang disusun oleh peneliti (Astutik, 2019) yang mengacu pada teori UCLA *Loneliness scale version 3* yang dikembangkan oleh

(Russell, 1996) menggunakan teori Weiss (1997) Aspek-aspek kesepian yang diukur adalah *emotional isolation* dan *sosial isolation*. Ketiga skala menggunakan model skala Likert empat poin, mulai dari "Sangat Setuju" (4) hingga "Sangat Tidak Setuju" (1).

Data yang telah diperoleh dianalisis menggunakan metode regresi linier berganda guna melihat sejauh mana variabel bebas, yaitu dukungan kepribadian *neuroticism* (X1) dan kesepian (X2), dapat memengaruhi variabel terikat yakni kecenderungan *nomophobia* (Y). Proses analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 25 for Windows, melalui tahapan pengkodean, pengelompokan data berdasarkan variabel, penyusunan tabulasi, hingga penarikan kesimpulan berdasarkan hasil analisis statistik yang diperoleh.

C. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	N	Min	Mak	Mean	SD
Kepribadian	110	13	46	23,85	6,691
Kesepian	110	37	69	55,09	7,175
Nomophobia	110	57	92	75,90	6,786

Berdasarkan tabel diatas, pada penelitian ini akan diklasifikasikan ke dalam tiga kategori. Berikut adalah rumus untuk menentukan kategorisasi:

Tabel 2 Rumus Kategorisasi

Kategorisasi	Rumus
Rendah	$X < M - 1 SD$
Sedang	$M - 1 SD \leq X \leq M + 1 SD$
Tinggi	$M + 1 SD \leq X$

Kategorisasi tinggi, sedang, rendah pada ketiga variabel dalam penelitian ini akan dihitung menggunakan rumus pada tabel diatas.

Tabel 3 Kategorisasi kecenderungan *nomophobia*

Skor	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase %
$X < 69,11$	Rendah	14	12,7%
$69,11 \leq X \leq 82,69$	Sedang	80	72,7%
$X > 82,69$	Tinggi	16	14,6%

Berdasarkan hasil kategori, dapat disimpulkan bahwa pada variabel kecenderungan *nomophobia* dengan persentase paling tinggi berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 80 subjek dan persentase 72,7%.

Tabel 4 Kategorisasi Berdasarkan Aspek Kecenderungan *Nomophobia*

Aspek	Rata-Rata (Mean)
Tidak Bisa Berkommunikasi	2,35
Kehilangan Konektivitas	2,07
Tidak Dapat Akses Informasi	2,03
Rasa Tidak Nyaman	2,28

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa pada aspek tidak berkomunikasi memiliki mean yang lebih tinggi dengan nilai skor 2,35. Sehingga diketahui bahwa aspek tidak berkomunikasi adalah aspek yang dianggap penting dalam mempengaruhi kecenderungan *nomophobia*.

Tabel 5 Kategorisasi Kepribadian *Neuroticism*

Skor	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase %

$X < 17,16$	Rendah	18	16,4%
$17,16 \leq X \leq 30,54$	Sedang	79	71,8%
$X > 30,54$	Tinggi	13	11,8%

Berdasarkan hasil kategori, dapat disimpulkan bahwa pada variabel kepribadian *neuroticism* dengan persentase paling tinggi berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 79 subjek dan persentase 71,8%.

Tabel 6 Kategorisasi Berdasarkan Aspek Kepribadian *Neuroticism*

Aspek	Rata-Rata (Mean)
Kecemasan	1,86
Mudah Marah	2,08
Kesadaran Diri	2,06
Depresi	2,19
Kerentanan	1,86
Impulsif	1,93

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa pada aspek depresi memiliki mean yang lebih tinggi dengan nilai skor 2,19. Sehingga diketahui bahwa aspek depresi adalah aspek yang dianggap penting dalam mempengaruhi kepribadian *neuroticism*.

Tabel 7 Kategorisasi Kesepian

Skor	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase %
$X < 47,92$	Rendah	20	18,2%
$47,92 \leq X \leq 62,27$	Sedang	72	65,5%
$X > 62,27$	Tinggi	18	16,4%

Berdasarkan hasil kategori, dapat disimpulkan bahwa pada variabel kesepian dengan persentase paling tinggi berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 72 subjek dan persentase 65,5%.

Tabel 8 Kategorisasi Berdasarkan Aspek Kesepian

Aspek	Rata-Rata (Mean)
<i>Emotional Isolation</i>	2,67
<i>Social Isolation</i>	2,84

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa pada aspek *Social Isolation* memiliki mean yang lebih tinggi dengan nilai skor 2,84. Sehingga diketahui bahwa aspek *Social Isolation* adalah aspek yang dianggap penting dalam mempengaruhi kesepian

1. Uji Asumsi

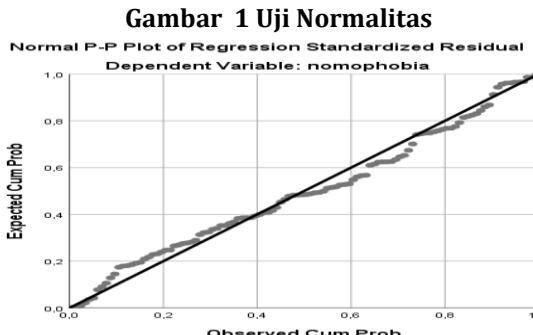
a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan uji yang bertujuan untuk mengetahui apakah variabel bebas dan terikat memiliki distribusi normal. Model regresi yang baik seharusnya didukung oleh analisis grafik dan uji statistik. Adapun kriterianya adalah: jika nilai signifikansi atau probabilitas lebih dari 0,05, maka hipotesis diterima yang berarti data berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi atau probabilitas kurang dari 0,05, maka hipotesis ditolak, menandakan data tidak berdistribusi normal

Tabel 9 Uji Normalitas

Variabel	Unstandardized Residual	Signifikansi
<i>Nomophobia</i>	0,200	> 0,05
<i>Kepribadian</i>		
Kesepian		

Berdasarkan gambar diatas dapat dilihat bahwa hasil uji normalitas dilihat dari hasil *Unstandardized Residual*, menunjukkan nilai signifikansi *Kolmogorov-Smirnov Test* diperoleh signifikansi sebesar 0,200 yang dimana angka tersebut lebih besar dari taraf signifikansi 5% (0,05) atau sig >0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa ketiga variabel berdistribusi normal.



Berdasarkan gambar diatas maka dapat dilihat data menyebar disekitar garis diagonal, maka model regresi penelitian ini memenuhi asumsi normalitas.

b. Uji Multikolinealitas

Uji multikolinearitas yaitu untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas (independen). Uji multikolinearitas ini dapat dilihat dari nilai Tolerance > 0,10 dan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) < 10 maka dapat disimpulkan data bebas dari gejala multikolinearitas.

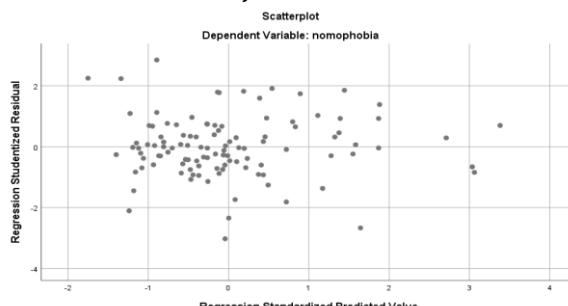
Tabel 10 Uji Multikolinearitas

Model	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
Constant		
Kepribadian <i>neuroticism</i>	0,593	1,687
Kesepian	0,593	1,687

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas memperlihatkan bahwa seluruh variabel bebas memiliki nilai tolerance > 0,10 dan nilai VIF < 10. Dengan demikian, tidak ditemukan gejala multikolinearitas pada model regresi ini

c. Uji Heteroskedastitas

Gambar 2 Uji Heteroskedastitas



Berdasarkan gambar diatas terlihat bahwa tidak terdapat pola yang jelas serta titik-titik terlihat menyebar di atas dan di bawah angka 0 pada

sumbu Y. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi heteroskedastitas dalam penelitian ini.

2. Uji hipotesis

a. Uji Simultan (f) Koefisien Determinasi (R Square)

Uji F bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan variabel kepribadian *neuroticism* dan kesepian secara bersama-sama (simultan) terhadap variabel kecenderungan *nomophobia*. Dasar pengambilan keputusannya adalah apabila nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($\text{sig} < 0,05$) maka hipotesis diterima.

Uji Koefisien Determinasi (R) bertujuan untuk mengetahui seberapa sebesar kemampuan variabel independen menjelaskan variabel dependen yang ditunjukkan oleh nilai *R-Square*. Jika R^2 bernilai kecil berarti kemampuan variabel-variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel dependen menjadi sangat terbatas

Tabel 11 Uji Simultan (f)

Model	R Square	F	Sig.
Regression	0,118	7,124	0,001
Residual			

kepribadian *neuroticism* dan kesepian secara simultan berpengaruh terhadap kecenderungan *nomophobia*. Untuk nilai koefisien determinasi didapatkan hasil sebesar 0,118 atau sama dengan 11,8%. Nilai tersebut bermakna bahwa variabel kepribadian *neuroticism* kepribadian *neuroticism* dan kesepian telah cukup mampu memberikan kontribusi dalam menjelaskan gejala kecenderungan *nomophobia* sebagai varibel terikatnya, meskipun kontribusi tersebut tergolong rendah. Namun kepribadian *neuroticism* berpengaruh secara signifikan terhadap kecenderungan nomophobia dibandingkan dengan kesepian yang tidak berpengaruh signifikan pada kecenderungan nomophobia

b. Uji Parsial (t)

Uji t pada dasarnya menunjukkan seberapa jauh hubungan masing-masing variabel bebas secara individual terhadap variabel terikatnya. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan tingkat signifikansi kesalahan (alpha) 5% atau 0,05

Tabel 12 Uji Parsial (t)

Model	β	t	Sig.
(Constant)		7,637	0,000
Kepribadian <i>neuroticism</i>	.381	3,227	0,002
Kesepian	.065	.552	0,582

Secara individual, hanya variabel dukungan teman sebaya yang memberikan pengaruh signifikan terhadap perilaku prososial, dengan nilai $p < 0,05$. Sementara itu, kelelahan orang tua tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan ($p > 0,05$).

c. Sumbangan Efektif Dan Sumbangan Relatif

Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif Variabel Penelitian digunakan untuk mengetahui seberapa besar kontribusi pengaruh yang diberikan masing-masing variabel bebas yaitu kepribadian *neuroticism* dan kesepian terhadap variabel terikat yaitu kecenderungan *nomophobia*, serta

untuk mengetahui variable bebas mana yang paling dominan terhadap variabel kecenderungan *nomophobia*,

Tabel 13 S Efektif Dan Sumbangan Relatif

Variabel	SE (Efektif)	SR (Relatif)
Kepribadian	12,31%	93,87%
Kesepian	0,79%	6,03%
Total	13,10%	100%

Berdasarkan hasil tabel diatas dapat diketahui bahwa sumbangan efektivitas kepribadian *neuroticism* memberikan sumbangan efektif sebesar 12,31% terhadap *nomophobia*, sedangkan kesepian memberikan sumbangan efektif sebesar 0,79%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel kepribadian *neuroticism* memiliki kontribusi relatif paling dominan dalam memengaruhi *nomophobia* 93,87% dibandingkan kesepian 6,03%. Dan untuk sumbangan efektifitas secara keseluruhan sebesar 13,10%, dan untuk total sumbangan relatif secara keseluruhan sebesar 100%

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji simultan pada penelitian ini menunjukkan bahwa variabel kepribadian *neuroticism* dan kesepian secara simultan berpengaruh terhadap kecenderungan *nomophobia*. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel bebas yang dirumuskan yaitu kepribadian *neuroticism* dan kesepian telah cukup mampu memberikan kontribusi dalam menjelaskan gejala kecenderungan *nomophobia* sebagai varibel terikatnya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dari Manurung (2021) dan Rahmania (2021) yang mengatakan terdapat hubungan korelasi positif dan signifikan nilai signifikan

variabel kepribadian *neuroticism* terdapat pengaruh yang signifikan antara kepribadian *neuroticism* terhadap kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa Universitas Malahayati Bandar Lampung. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Munawaroh, 2018) dalam penelitian tersebut mendapatkan hubungan antara *neuroticism* dengan *nomophobia* pada remaja.

variabel kesepian tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara kesepian terhadap kecenderungan *nomophobia*. Hal ini mungkin disebabkan karena faktor-faktor lain seperti kontrol diri, kecerdasan emosional, atau motivasi personal. Menurut Nowland et al., (2018) tidak semua individu mengalami kesepian beralih pada penggunaan *smartphone* sebagai pelarian, melainkan sebagian besar mencari interaksi sosial secara langsung dibandingkan menggunakan *smartphone*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sembiring & Bajirani (2024) mengatakan bahwa kesepian bisa dialihkan dengan berbagai cara yaitu dengan menyibukkan diri lewat aktivitas yang berada di kampus, lalu bisa juga dengan membaca, menonton film atau bahkan kerja part-time, ini bisa membantu mahasiswa dalam mengurangi rasa kesepiannya dan tidak selalu bergantung pada *smartphone* nya.

variabel kecenderungan *nomophobia* dengan persentase paling tinggi berada pada kategori sedang dan aspek kecenderungan *nomophobia* yang mengalami persentase tinggi yaitu tidak bisa berkomunikasi, Menurut Yildirim dan Correin (2015) terdapat beberapa faktor yaitu gender, usia, harga diri, kepribadian *ekstraversi*, kepribadian *neuroticism*, dan kesepian. Berdasarkan faktor-faktor penyebab kecenderungan *nomophobia* tersebut, maka disimpulkan bahwasanya mahasiswa di Universitas Malahayati B. Lampung diduga memiliki kecenderungan *nomophobia* hingga dapat dikategorikan sedang.

Variabel kepribadian *neuroticism* persentase paling tinggi berada pada kategori sedang dan aspek kepribadian *neuroticism* yang mengalami persentase tinggi yaitu depresi. Menurut McCrae dan Costa (2008) individu dengan kepribadian *neuroticism* cenderung memiliki kecemasan yang tinggi, rentan terhadap stres, dan memiliki kebutuhan untuk mendapatkan kepastian secara terus-menerus, termasuk melalui penggunaan *smartphone* serta mudah marah jika tidak mendapatkan apa yang mereka inginkan. Oleh karena itu, individu dengan karakteristik ini cenderung mengalami ketakutan berlebih ketika jauh dari ponsel mereka (*nomophobia*). Berdasarkan dimensi kepribadian *neuroticism* tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Universitas Malahayati B. Lampung, diduga memiliki dimensi kepribadian *neuroticism* hingga dapat dikategorisasikan sedang.

Variabel kesepian persentase paling tinggi berada pada kategori sedang dengan aspek tertinggi berada di sosial isolation. Menurut Russell (1996) kesepian sebagai perasaan yang disebabkan oleh kepribadian individu itu sendiri, terjadi karena individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan pada lingkungan kehidupannya, dan merupakan salah satu gangguan alami seperti perasaan sedih, murung, tidak bersemangat, merasa tidak berharga dan berpusat pada kegagalan individu yang dialami oleh individu. Individu memahami perasaan kesepian sebagai perbedaan antara hubungan sosial yang diinginkan dan hubungan sosial yang terjadi. Faktor inilah yang meningkatkan kecenderungan seseorang merasakan kesepian dan juga mempersulit seseorang untuk mendapatkan kepuasan hubungan sosialnya kembali dan faktor penyebab ini juga dapat disimpulkan bahwasanya mahasiswa Universitas Malahayati B. Lampung diduga memiliki faktor penyebab kesepian sehingga dapat dikategorisasikan sedang.

Berdasarkan pengujian hipotesis yang telah dilakukan maka dapat dilihat bahwa kepribadian *neuroticism* lebih besar memberikan pengaruh terhadap kecenderungan *nomophobia* dibandingkan kesepian, hal ini dilihat pada sumbangannya efektif yang diberikan sebesar 12,31% terhadap *nomophobia*, sedangkan kesepian memberikan sumbangannya efektif sebesar 0,79%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel kepribadian memiliki kontribusi relatif paling dominan dalam memengaruhi *nomophobia* 93,87% dibandingkan kesepian 6,03%.

Hasil dari penelitian di atas menunjukkan bahwa hipotesis yang diterima yaitu ada pengaruh yang signifikan antara kepribadian *neuroticism* dan kesepian dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa, ada pengaruh positif yang signifikan antara kepribadian *neuroticism* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa, dan tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara kesepian dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa.

D. KESIMPULAN

Hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh antara kepribadian *neuroticism* dan kesepian dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa dapat disimpulkan secara bersama-sama kepribadian *neuroticism* dan kesepian dapat berpengaruh terhadap kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa. Variabel kecenderungan *nomophobia* dapat dijelaskan oleh variabel kepribadian *neuroticism* dan kesepian dengan hasil sebesar 0,118 atau sama dengan 11,8%. Kepribadian *neuroticism* memiliki arah hubungan hubungan yang positif terhadap kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa, yang berarti bahwa semakin rendah kepribadian *neuroticism* yang dimiliki maka akan semakin rendah tingkat kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa. Pada penelitian ini kesepian mendapatkan pengaruh yang tidak signifikan

dengan kecenderungan *nomophobia* yang berarti meskipun secara deskriptif individu yang merasa kesepian cenderung lebih sering menggunakan *smartphone* untuk memenuhi kebutuhan sosialnya, namun dalam penelitian ini kesepian tidak terbukti secara signifikan mempengaruhi kecenderungan *nomophobia*.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mamun, F., Mamun, M. A., Prodhan, M. S., Muktarul, M., Griffiths, M. D., Muhit, M., & Sikder, M. T. (2023). Nomophobia among university students: Prevalence, correlates, and the mediating role of smartphone use between Facebook addiction and nomophobia. *Heliyon*, 9(3), e14284. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e14284>
- 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.
- Astutik, D. (2019). Hubungan Kesepian Dengan Psychological Well-Being Pada Lansia di Kelurahan Sananwetan Kota Blitar. In *Repository Unair*. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/84019>
- Aurelia, C., & Ningsih, Y. T. (2021). Nomophobia dan Kepribadian Siswa SMA. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(2), 52–59. <https://doi.org/10.29080/jpp.v12i2.635>
- Della budi rahmania. (2021). Peran Dimensi Kepribadian dalam Nomophobia Mahasiswa. *Jurnal Sains Psikologi*, 10(1), 9. <https://doi.org/10.17977/um023v10i12021p9-20>
- Feist & Feist, 2009. (2009). *Robert-Theories of Personality*. 19(5), 1–647.
- Irham, S. S., Fakhri, N., & Ridfah, A. (2022). Hubungan antara kesepian dan nomophobia pada mahasiswa perantau universitas negeri makassar. *Jurnal Cendekia Ilmiah*, 1(4), 318–332.
- Manurung, D. M. (2021). *Hubungan Kesepian dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Mahasiswa Kost*. 116. <https://repositori.uma.ac.id/bitstream/123456789/15706/1/168600188 - Daniella Masniar Manurung - Fulltext.pdf>
- Mayangsari, D. (2015). *Pengaruh Self-Esteem, Moral Disengagement, dan Pola Asuh terhadap Remaja Pelaku Cyberbullying*. Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah.
- Mccrae, R. R., & Costa, P. T. (2003). *Personality in Adulthood*. Taylor & Francis. <https://doi.org/10.4324/9780203428412>
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (2008). Empirical and theoretical status of the five-factor model of personality traits. *The SAGE Handbook of Personality Theory and Assessment: Volume 1 - Personality Theories and Models*, January 2008, 273–294. <https://doi.org/10.4135/9781849200462.n13>
- Munawaroh, S. (2018). *Hubungan Antara Tipe Kepribadian Extraversion dan Neuroticism dengan Nomophobia pada Remaja*. Skripsi. Universitas Brawijaya.
- Muyana, S., & Widayastuti, D. A. (2017). Nomophobia (no-mobile phone phobia) penyakit remaja masa kini. *Prosiding Seminar Nasional Peran Bimbingan Dan Konseling Dalam Penguatan Pendidikan Karakter*, 280–287.
- Nowland, R., Necka, E. A., & Cacioppo, J. T. (2018). Loneliness and Social Internet Use: Pathways to Reconnection in a Digital World? *Perspectives on Psychological Science*, 13(1), 70–87. <https://doi.org/10.1177/1745691617713052>
- Prasetyo, A., & Ariana, A. D. (2016). Hubungan lima tipe kepribadian (big five personality) dengan nomophobia pada wanita dewasa awal. *Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 5(1), 1–9.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- Selviana, W. A. C. (2020). *Hubungan antara Kepribadian Ekstraversi dan Kesepian dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja*. 4(3), 6.
- Sembiring, A. C., & Bajirani, M. P. D. (2024). Gambaran Pengalaman Kesepian Pada Mahasiswa Sarjana (S1) Rantau. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 10 (23), 101-113
- SEZER, B., & ATILGAN ÇIFTÇİ, B. (2019). The dark side of smartphone usage (Nomophobia): Do we need to worry about it? *Tıp Eğitimi Dünyası*, 18(54), 30–43. <https://doi.org/10.25282/ted.513988>
- Sharma, N., Sharma, P., Sharma, N., & Wavare, R. (2015). Rising concern of nomophobia amongst Indian medical students. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 3(3), 705. <https://doi.org/10.5455/2320-6012.ijrms20150333>
- Sumartha. (2020). *PENGARUH TRAIT KEPRIBADIAN NEUROTICISM TERHADAP QUARTER-LIFE CRISIS DIMEDIASI OLEH HARAPAN PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR UNIVERSITAS ISLAM NEGERI*

- MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG. 2507(February), 1–9.
- SUNDARI. (2020). HUBUNGAN ANTARA NOMOPHOBIA DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA REMAJA. *Kaos GL Dergisi*, 8(75), 147–154.
[https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.125798%0A](https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.125798)
[https://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002%0A](https://doi.org/10.1016/j.smr.2020.02.002)
[tp://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/810049%0A](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/810049%0A)
<http://doi.wiley.com/10.1002/anie.197505391%0A>
<http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/B9780857090409500205%0A>
- Yildirim & Correia, 2015. (2015). Learning and Collaboration Technologies. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 9192(August 2015), 160. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-20609-7>
- Yildirim, C. (2014). Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research CORE View metadata, citation and similar papers at core. *Computers in Human Behavior*, 130–137. <https://lib.dr.iastate.edu/etd>