

**PERBEDAAN *NOMOPHOBIA* SISWA
BERDASARKAN JENIS KELAMIN**

SKRIPSI

**untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan**



**Oleh
NOOR HIDAYAH
NIM. 18006301/2018**

**DEPARTEMEN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN SKRIPSI

PERBEDAAN *NOMOPHOBIA* SISWA BERDASARKAN JENIS KELAMIN

Nama : Noor Hidayah
NIM/BP : 18006301/2018
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 25 Agustus 2023

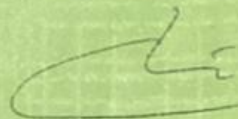
Disetujui Oleh:

Kepala Departemen/Prodi

Pembimbing Akademik



Prof. Dr. Firmata, M.S., Kons.
NIP. 19610225 198602 1 001



Prof. Iffil, S.HI., S.Pd., M.Pd., Ph.D., Kons.
NIP. 19811211 200912 1 002

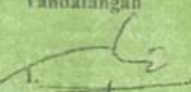
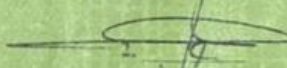
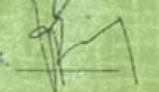
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji
Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

Judul : Perbedaan *Namophobia* Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin
Nama : Noor Hidayah
NIM : 18006301
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 25 Agustus 2023

Tim Penguji.

| | Nama | Tandatangan |
|--------------|---|--|
| 1. Ketua | : Prof. Idril, S.H., S.Pd., M.Pd., Ph.D., Kons. | 1.  |
| 2. Anggota 1 | : Drs. Taufik, M.Pd., Kons. | 2.  |
| 3. Anggota 2 | : Frisca Mevilona, S.Pd., M.Pd., Kons. | 3.  |

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Noor Hidayah
NIM/BP : 18006301/2018
Departemen/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Perbedaan *Nomophobia* Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin

Degan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulis skripsi ini merupakan hasil plagiat atau pengiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 25 Agustus 2023

Saya yang menyatakan,



Noor Hidayah
NIM. 18006301

ABSTRAK

Noor Hidayah. 2023. Perbedaan *Nomophobia* Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh seringnya penggunaan *smartphone* dapat mengakibatkan pengguna tidak bisa terlepas dan jauh dari *smartphone* tersebut. Rasa takut yang berlebihan ketika berada jauh dari ponsel telah dianggap sebagai fobia zaman modern atau yang bisa disebut dengan istilah *nomophobia*, yang diperkenalkan dalam kehidupan kita sebagai bentuk dari interaksi antara manusia dan teknologi informasi dan komunikasi seluler, terutama *smartphone*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *nomophobia* pada siswa laki-laki, gambaran *nomophobia* pada siswa perempuan dan mengidentifikasi perbedaan *nomophobia* ditinjau dari jenis kelamin pada siswa laki-laki dan perempuan.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode deskriptif dan komparatif. Sampel pada penelitian ini adalah 144 orang siswa SMK N 2 Payakumbuh yang dipilih dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Data yang diperoleh dengan cara memberikan instrumen penelitian yang berupa instrumen *nomophobia* kepada siswa. Kemudian data yang dikumpulkan dianalisis dengan menggunakan teknik analisis statistik deskriptif dan analisis uji beda (*T-test*) dengan taraf signifikansi 5% ($=0,05$).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) *Nomophobia* pada siswa laki-laki SMK Negeri 2 Payakumbuh adalah 63 (66,32%) termasuk sedang; 2) *Nomophobia* pada siswa perempuan SMK Negeri 2 Payakumbuh adalah 29 (59,18%) termasuk sedang; 3) Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *nomophobia* siswa laki-laki dan siswa perempuan di SMK N 2 Payakumbuh.

Kata Kunci: *Nomophobia*, Jenis Kelamin, Siswa

KATA PENGANTAR



Puji Syukur peneliti ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, nikmat, dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Perbedaan *Nomophobia* Siswa Berdasarkan Jenis Kelamin”**.

Skripsi ini bertujuan untuk memenuhi syarat untuk dapat memperoleh gelar sarjana jenjang Strata Satu (S1) di Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Selama penyusunan skripsi ini, peneliti mendapatkan banyak masukan dan bimbingan dari semua pihak, dan peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Ifdil, S.HI., S.Pd., M.Pd., Ph.D., Kons., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan masukan dan saran kepada penulis dengan penuh kesabaran serta kesediaan meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, dan memberi dukungan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Bapak Drs. Taufik, M.Pd., Kons., dan Ibu Frischa Meivilona Yendi, S.Pd., M.Pd., Kons., selaku dosen kontributor, penguji dan tim penimbang instrumen penelitian (*judgement*) dalam penelitian ini yang senantiasa memberikan masukan dan saran untuk kesempurnaan skripsi ini.
3. Ibu Nilma Zola, S.Pd, M.Pd., selaku dosen penimbang instrumen penelitian (*judgement*) yang telah memberikan masukan dan saran untuk kesempurnaan skripsi ini.

4. Bapak Prof. Dr. Afdal, M. Pd., Kons., selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
5. Bapak Prof. Dr. Firman, M. S., Kons., selaku Kepala Departemen Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
6. Bapak dan Ibu Dosen Departemen Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang sangat bermanfaat kepada penulis selama masa perkuliahan.
7. Bapak Ramadi selaku Staf Administrasi Departemen Bimbingan dan Konseling FIP UNP.
8. Bapak Kepala Sekolah beserta Wakil Kepala Sekolah, Majelis Guru, Guru BK SMK N 2 Payakumbuh, beserta Staf Tata Usaha yang telah mengizinkan dan memberikan bantuan kepada peneliti dalam melaksanakan penelitian.
9. Siswa SMK N 2 Payakumbuh yang telah bersedia bekerjasama dan meluangkan waktunya untuk mengerjakan instrumen penelitian sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
10. Teristimewa untuk kedua orangtua tercinta ayah Kamaruddin Hasan (alm) dan Ibu Yusmanidar yang selalu memanjatkan do'a, memberikan nasehat, dan bimbingan dalam setiap proses perjalanan hidup peneliti.
11. Ibuk Kani selaku tante saya dan adik laki-laki tercinta saya Mohammad Hidayat Muharam yang juga selalu memanjatkan do'a dan menemani dalam setiap proses perjalanan hidup peneliti.
12. Sahabat dan teman yang sudah membantu, menemani dan menyemangati saya dalam menyusun skripsi ini, Ayu Sri Gusti Dewi, S. KG, Titi Iklina, S. Pd,

Rendri Masda, S. M, Neka Nahdalia, S. Pd, Nia Andini, S. Pd, Husnia Hamdyah Sukma, S. Pd, Mutiara Aqila Tasya, S. Pd, Mutiara Nabila H, S. Pd, Annisa Hidayatul, S. Si dan Alya Rasyifa Amd Stat.

13. Pihak-pihak yang tidak dapat peneliti tuliskan satu per satu yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini tidak lepas dari berbagai kesalahan. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritikan dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Atas kesediaan, peneliti mengucapkan terima kasih kepada pembaca, mudah-mudahan tulisan ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, 25 Agustus 2023
Penulis

Noor Hidayah
NIM. 18006301

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|-------------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR..... | ii |
| DAFTAR ISI..... | v |
| DAFTAR TABEL..... | vii |
| GAMBAR..... | viii |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah..... | 13 |
| C. Pembatasan Masalah..... | 14 |
| D. Rumusan Masalah..... | 14 |
| E. Tujuan Penelitian..... | 15 |
| F. Manfaat Penelitian..... | 15 |
| BAB II LANDASAN TEORI | 17 |
| A. Kajian Teori..... | 17 |
| 1. Pengertian <i>Nomophobia</i> | 17 |
| 2. Aspek-aspek <i>Nomophobia</i> | 18 |
| 3. Ciri-ciri dan Karakteristik <i>Nomophobia</i> | 19 |
| 4. Faktor-faktor <i>Nomophobia</i> | 21 |
| 5. Jenis Kelamin..... | 24 |
| 6. Kaitan Jenis Kelamin dengan <i>Nomophobia</i> | 25 |
| 7. Peran Guru BK dalam Mereduksi <i>Nomophobia</i> | 26 |
| B. Penelitian Relevan..... | 28 |
| C. Kerangka Konseptual..... | 30 |
| D. Hipotesis..... | 31 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 32 |
| A. Jenis Penelitian..... | 32 |
| B. Populasi dan Sampel..... | 32 |
| C. Jenis dan Sumber Data..... | 35 |
| D. Definisi Operasional..... | 36 |

| | |
|--|-----------|
| E. Pengembangan Instrumen | 36 |
| F. Teknik Pengumpulan Data..... | 40 |
| G. Teknik Analisis Data..... | 41 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN..... | 45 |
| A. Deskripsi Hasil Penelitian | 45 |
| 1. Gambaran <i>nomophobia</i> pada Siswa Laki-Laki..... | 45 |
| 2. Gambaran <i>nomophobia</i> pada Siswa Perempuan..... | 49 |
| 3. Perbedaan <i>nomophobia</i> Ditinjau pada Jenis Kelamin. | 53 |
| B. Pembahasan Hasil Penelitian. | 55 |
| C. Implikasi Bimbingan dan Konseling..... | 64 |
| BAB V PENUTUP..... | 68 |
| A. Kesimpulan | 68 |
| B. Saran..... | 68 |
| DAFTAR RUJUKAN..... | 70 |
| LAMPIRAN..... | 75 |

DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|--|---------|
| Tabel 1. Populasi Penelitian di SMK Negeri 2 Payakumbuh | 33 |
| Tabel 2. Sampel Penelitian..... | 35 |
| Tabel 3. Skor Item Skala <i>Nomophobia</i> | 38 |
| Tabel 4. Kisi-Kisi Instrumen <i>Nomophobia</i> Siswa..... | 38 |
| Tabel 5 Uji Normalitas Jenis Kelamin | 43 |
| Tabel 6. Uji Homogenitas Jenis Kelamin | 44 |
| Tabel 7. Deskripsi Rata-Rata (<i>Mean</i>) dan Persentase (%) <i>Nomophobia</i> Siswa Laki-Laki Secara Keseluruhan (N=95) | 45 |
| Tabel 8. Distribusi dan Persentase <i>Nomophobia</i> Siswa Laki-Laki Secara Keseluruhan (N=95)..... | 46 |
| Tabel 9. Deskripsi Rata-Rata (<i>Mean</i>) dan Persentase (%) <i>Nomophobia</i> Siswa Perempuan Secara Keseluruhan (N=49) | 49 |
| Tabel 10. Distribusi dan Persentase <i>Nomophobia</i> Siswa Perempuan Secara Keseluruhan (N=49)..... | 50 |
| Tabel 11. Distribusi dan Persentase <i>Nomophobia</i> Ditinjau pada Jenis Kelamin Secara Keseluruhan (N=144) | 54 |
| Tabel 12. Hasil T-Test <i>Nomophobia</i> | 55 |

GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Kerangka Konseptual 31

DAFTAR LAMPIRAN

| | Halaman |
|--|---------|
| Lampiran 1. Kisi-Kisi Instrumen | 76 |
| Lampiran 2. Instrumen Penelitian..... | 78 |
| Lampiran 3. Rekapitulasi Hasil <i>Judge</i> Instrumen | 86 |
| Lampiran 4. Data Hasil Uji Valid Instrumen | 94 |
| Lampiran 5. Tabulasi Data <i>Nomophobia</i> Siswa Laki-Laki Secara Keseluruhan..... | 98 |
| Lampiran 6. Tabulasi Data <i>Nomophobia</i> Siswa Laki-Laki Berdasarkan Aspek..... | 101 |
| Lampiran 7. Tabulasi Data <i>Nomophobia</i> Siswa Perempuan Secara Keseluruhan..... | 121 |
| Lampiran 8. Tabulasi Data <i>Nomophobia</i> Siswa Perempuan Berdasarkan Aspek..... | 125 |
| Lampiran 9. Hasil Pengolahan SPSS | 138 |
| Lampiran 10. Surat Izin Penelitian Dari Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat..... | 140 |
| Lampiran 11. Surat Selesai Penelitian | 142 |

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Komunikasi telah menjadi bagian dari kehidupan sosial manusia. Seiring berjalannya waktu perkembangan teknologi dan komunikasi saat ini banyak dilakukan dengan menggunakan *smartphone* (Muyana & Widyastuti, 2017). *Smartphone* yang dikenal sebagai telepon genggam telah memudahkan hidup manusia seperti membuat dan menerima pesan ke tempat-tempat yang jauh dari keberadaan individu tersebut. Telepon genggam telah membuat perubahan dari alat komunikasi sederhana menjadi perangkat komunikasi yang canggih yang sering disebut sebagai *smartphone*. *Smartphone* telah menjadi alat komunikasi dan informasi dalam kehidupan sehari-hari. Informasi dan teknologi komunikasi telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari hidup kita (Cheever, dkk, 2014). *Smartphone* yang merupakan media untuk telepon serta mengirim dan menerima pesan atau *short message service* (SMS), kini beralih fungsi menjadi media hiburan (Widyastuti & Muyana, 2018).

Keberadaan *smartphone* sering dimanfaatkan untuk membantu dalam melakukan kegiatan sehari-hari. Hal ini menjadikan seseorang sering melakukan interaksi dengan *smartphone*-nya. Namun hal tersebut perlu juga diimbangi dengan adanya kebijakan dalam penggunaan *smartphone*, agar individu terhindar dari dampak negatif yang akan dihasilkan dalam penggunaan *smartphone* yang berlebihan seperti terjadinya kecanduan pada *smartphone* (Santi & Ima, 2022). Hubungan individu dengan *smartphone* juga

sangat memengaruhi perilaku interpersonal dan kebiasaan sosial. Teknologi komunikasi juga bisa membuat perubahan dalam interaksi masyarakat dengan dunia (King, dkk, 2013). Sebuah organisasi riset meneliti pengguna *smartphone* yang mengalami kecemasan ditemukan hampir 53% yang didapati pada pengguna *smartphone* di Inggris, seperti cenderung mengalami kecemasan ketika menghadapi jangkauan jaringan yang kurang bagus, kehabisan baterai, dan ketika kehilangan *smartphone* mereka (Bivin, dkk, 2013). Banyaknya kecanggihan dan fungsi *smarthpone* saat ini, menjadikan penggunanya tidak dapat lepas dari *smarthpone* yang dimilikinya. Ketergantungan pada *smartphone* berpengaruh pada kehidupan sosial penggunanya. Pada penelitian terdahulu, ditemukan bahwa kebanyakan orang memeriksa *smarthpone*-nya sebanyak 34 kali sehari, bukan untuk keperluan memeriksa email atau menjalankan aplikasi yang lain, namun merupakan kebiasaan untuk menghindari rasa tidak nyaman (Sarwar, 2013).

Menurut Asri (Aulia, 2019) penggunaan *smartphone* telah banyak ditemukan, tetapi dengan durasi penggunaan yang berbeda-beda. Suatu penelitian yang dilakukan oleh Digital GFK Asia menemukan bahwa perempuan di Indonesia menghabiskan waktu selama 5,6 jam sedangkan laki-laki 5,4 jam per hari dalam menggunakan *smartphone* mereka. Apabila dirata-ratakan secara meyeluruh, maka penduduk Indonesia menghabiskan waktu setidaknya 5,5 jam per hari dalam menggunakan *smartphone* mereka. Selain itu Dikdok (Aulia, 2019) mengatakan penggunaan *smartphone* yang melebihi batas maksimal dapat menyebabkan masalah bagi penggunanya. Standar

durasi menggunakan *smartphone* pada remaja yaitu tidak lebih dari 4 jam 12 menit per hari, penggunaan *smartphone* pada remaja bisa dikatakan baik apabila remaja dapat mengetahui penggunaan *smartphone* tersebut untuk apa dan bisa mengetahui apa yang harus dilakukan sebelum dan sesudah menggunakan *smartphone* tersebut.

Seringnya penggunaan *smartphone* dapat mengakibatkan pengguna tidak bisa terlepas dan jauh dari *smartphone* tersebut. Hal ini dapat menimbulkan masalah di saat menggunakan *smartphone* yang berlebihan tanpa diimbangi dengan kontrol, dapat menimbulkan rasa ketergantungan atau kecanduan pada *smartphone* tersebut (Santi & Ima, 2022). Erickson (Ahyani & Astuti, 2018) mengatakan masa remaja adalah masa terjadinya krisis identitas atau pencarian identitas diri. Karakteristik remaja yang sedang berproses untuk mencari identitas diri ini juga sering menimbulkan masalah pada diri remaja. Masa remaja adalah suatu tahap antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Istilah ini menunjuk masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan, biasanya mulai dari usia 14 pada pria dan usia 12 pada wanita. Ciri-ciri masa remaja yaitu: 1) Perubahan emosional secara cepat, 2) Perubahan yang cepat secara fisik, 3) Terjadi perubahan dalam keterkaitan terhadap sesuatu. Masa remaja ditandai dengan adanya berbagai perubahan, baik secara fisik maupun psikis, yang mungkin saja dapat menimbulkan problema atau masalah tertentu bagi remaja. Apabila tidak disertai dengan upaya pemahaman diri dan pengarahan diri secara tepat, bahkan dapat menjurus pada berbagai tindakan kenakalan remaja dan

kriminal. Perubahan sikap dan perilaku dalam periode remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik (Ahyani & Astuti, 2018).

Empat perubahan yang sama yang bersifat universal yaitu meningginya emosi, perubahan tubuh, minat, dan peran yang diharapkan kelompok social, berubahnya minat dan perilaku maka nilai-nilai juga berubah, mereka menginginkan dan menuntut kebebasan, tapi mereka sering takut bertanggung jawab akan akibatnya dan meragukan kemampuan mereka untuk dapat mengatasi tanggung jawab tersebut (Ahyani & Astuti, 2018). Kategori ketergantungan *smartphone* yang tinggi lebih didominasi oleh kelompok remaja perempuan. Hal ini didasari oleh kebiasaan remaja perempuan untuk bersosialisasi dan akses media sosial melalui *smartphone*, seperti akses *facebook*, *whatsapp*, *instagram* yang memberikan fitur bagi remaja untuk eksplorasi diri dan histori dikalangan teman-teman sebayanya. Sedangkan remaja laki-laki memiliki kecenderungan untuk menggunakan *smartphone* sebagai sarana untuk bermain *game online* dan kebanyakan remaja laki-laki akan menyukai 1 atau 2 jenis *game* dalam permainan *online*. Sedangkan permainan *game* merupakan salah satu topik yang sering menjadi perhatian bagi orang tua sehingga penggunaan *smartphone* untuk bermain *game* akan mendapat pengontrolan yang lebih ketat dari orang tua. Hal ini menjadikan remaja tersebut rentan terhadap kecanduan pada *smartphone* (Febrina & Mariyana, 2020).

Masalah psikologis menjadi salah satu hal yang sering muncul yang disebabkan oleh penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Oleh sebab itu,

penggunaan *smartphone* yang berlebihan bisa mengganggu berbagai aspek kehidupan sehari-hari, dan penggunaan yang berlebihan ini dapat memicu perilaku yang mungkin tidak pantas bagi pengguna dan orang-orang terdekatnya. Namun, masalahnya bukan pada penggunaan perangkat tersebut, tetapi dengan waktu yang dihabiskan seseorang untuk menggunakannya (Gonçalves, dkk, 2020). Masalah psikologis menjadi salah satu topik yang sering muncul diakibatkan oleh penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Kecemasan menjadi salah satu permasalahan yang kerap terjadi. Rasa takut yang berlebihan ketika berada jauh dari ponsel telah dianggap sebagai fobia zaman modern atau yang bisa disebut dengan istilah *nomophobia*, yang diperkenalkan dalam kehidupan kita sebagai bentuk dari interaksi antara manusia dan teknologi informasi dan komunikasi seluler, terutama *smartphone* (Yildirim, 2014). Kecanduan *smartphone* sulit dihilangkan bagi mereka yang menderita *nomophobia* mengingat betapa pentingnya dan seberapa banyak akses yang dapat diberikan oleh *smartphone*. Salah satu cara pencegahan dan penyembuhan dapat melalui layanan konseling (Aziz, 2019).

Konseling merupakan suatu profesi yang seharusnya dilakukan oleh orang-orang yang berkompotensi baik dari segi ilmu pengetahuan, kemahiran, pendidikan dan pengalaman. Dan juga membantu dalam suatu masalah, memberi jalan penyelesaian dalam masalah yang dihadapi. Ada hubungan timbal balik antara individu, dimana konselor berusaha untuk mencapai pengertian tentang dirinya sendiri dalam hubungan dengan masalah-masalah yang akan dihadapinya ke depan. Konselor hanya memberi jalan, hasil akhir

ada ditangan konseli itu sendiri (Syafaruddin, dkk, 2019). Selanjutnya Ahman (Syafaruddin, dkk, 2019) menjelaskan bahwa tujuan pemberian layanan bimbingan dan konseling yaitu, 1) Membantu siswa mengembangkan pemahaman diri, sesuai dengan keahlian, minat, hasil belajar dan kesempatan yang ada. 2) Membantu siswa menjalani proses sosialisasi dan personalisasi nilai-nilai dan mengambngkan kepekaan terhadap kebutuhan dan keadaan orang lain. 3) Membantu siswa mengembangkan motif instrinsik dalam belajar sehingga tercapai tujuan pengajaran yang bermakna. 4) Menumbuhkan dorongan untuk mengarahkan diri, memecahkan masalah, menentukan pilihan dan keputusan, melibatkan diri dalam proses pendidikan. 5) Membantu siswa mengembangkan sikap dan nilai yang menjurus kepada pembentukan keutuhan pribadi. 6) Membantu siswa dalam memahami perilaku orang lain. 7) Membantu siswa mencapai kepuasan pribadi dalam penyesuaian diri terhadap masyarakat.

Pelayanan bimbingan dan konseling mengerjakan sejumlah fungsi yang hendak dipenuhi melalui pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling. Menurut Dewa Ketut Sukardi (Syafaruddin, dkk, 2019) fungsi-fungsi tersebut adalah: a) Fungsi pemahaman, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menciptakan pemahaman tentang sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan kepentingan pengembangan peserta didik. b) Fungsi pencegahan, yaitu fungsi bimbingan dan koseling yang akan mewujudkan tercegahnya atau terhindarnya peserta didik dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul, yang akan dapat mengganggu, menghambat, ataupun

menimbulkan kesulitan dan kerugian-kerugian tertentu dalam proses perkembangannya. c) Fungsi pengetasan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan terentaskannya atau teratasinya berbagai permasalahan yang dialami oleh peserta didik. d) Fungsi pemeliharaan dan pengembangan, yaitu fungsi bimbingan dan konseling yang akan menghasilkan terpelihara dan terkembangkannya berbagai potensi positif peserta didik dalam rangka perkembangan dirinya secara mantap dan berkelanjutan. Dalam masalah ini fungsi yang akan diperlukan terhadap perilaku *nomophobia* yaitu fungsi pencegahan dan fungsi pengentasan. Fungsi pencegahan dilakukan untuk mencegah siswa terhadap perilaku *nomophobia*, sehingga bisa terhindar dari perilaku *nomophobia*. Sedangkan fungsi pengentasan dilakukan untuk mengatasi siswa yang mengalami perilaku *nomophobia*.

Dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, tidak hanya terfokus kepada penyelesaian dan pencegahan masalah saja, tetapi jauh dari itu juga mencakup kepada fokus pengembangan. Bidang pengembangan dalam pelaksanaan konseling menjadi kajian penting untuk dianalisis, dilaksanakan dan dikembangkan menjadi sebuah bahan dan acuan dalam pelaksanaannya. Dalam konsep kajian psikologi, manusia atau individu merupakan makhluk yang selalu mengalami perubahan sesuai dengan usianya masing-masing Santrock (Syafaruddin, dkk, 2019). Perubahan ini merupakan dampak dari perubahan-perubahan yang terjadi pada diri, lingkungan dan sosial individu, sehingga didalam menjalani kehidupannya sehari-hari individu harus mampu

menghadapi setiap perubahan yang terjadi. Perubahan ini pada akhirnya nanti akan menjadi tugas-tugas perkembangan yang harus diselesaikan pada fase-fase tertentu selama kehidupan manusia dan menjadi sebuah kajian penting untuk diteliti dan dijadikan sebagai materi dasar dalam pemberian layanan bimbingan dan konseling. Perkembangan adalah proses perubahan sepanjang hidup. Bidang pengembangan ini dibagi menjadi empat, yaitu bidang pengembangan pribadi, sosial, belajar dan karir.

Pada masalah perilaku *nomophobia*, masalah ini termasuk dalam bidang pengembangan pribadi, dimana menurut Ramli bidang bimbingan dan konseling pribadi merupakan proses pemberian bantuan kepada konseli untuk memahami, menerima, mengarahkan, mengambil keputusan, dan merealisasikan keputusannya secara bertanggung jawab tentang perkembangan aspek pribadinya. Melalui bimbingan pribadi diharapkan konseli dapat mencapai perkembangan pribadinya secara optimal dan mencapai kebahagiaan, kesejahteraan dan keselamatan dalam kehidupannya. Materi bimbingan pribadi yang dapat dikembangkan dalam tema-tema layanan bimbingan antara lain: mengenali kelebihan dan kekuarangan diri, meningkatkan kepercayaan diri, pengembangan kelebihan diri, pengentasan kelemahan diri, arti dan tujuan beribadah, nilai-nilai agama sebagai pedoman hidup, mengenal perasaan diri dan cara mengekspresikannya secara efektif, manajemen stress, mengenal peran sosial sebagai laki-laki atau perempuan (Syafaruddin, dkk, 2019).

Menurut Munir mengatakan bahwa tugas konselor pada dasarnya adalah usaha memberikan bimbingan kepada klien agar klien mampu mengatasi permasalahan dirinya. Tugas ini berlaku bagi siapa saja yang berperan sebagai konselor (Syafaruddin, dkk., 2017). Dalam hal ini, metode atau pendekatan yang diterapkan pada penderita *nomophobia* ialah pendekatan *humanistik-fenomenologis*. Pendekatan *humanistik* sangat relevan dengan penderita *nomophobia* yang menjadi gejala baru di era milenial. Menurut Gantina Komalasari dan Eka Wahyuni (Aziz, 2019) pendekatan humanistik dibuat atas dua hipotesis. Pertama, setiap orang memiliki kapasitas untuk memahami keadaan yang mengakibatkan ketidakbahagiaan dan mengatur kembali kehidupannya menjadi lebih baik. Kedua, kemampuan seseorang untuk menghadapi keadaan dapat terjadi apabila konselor menciptakan kehangatan, penerimaan, dan bisa memahami proses konseling yang sedang dibangun.

Setiap klien yang mengalami *nomophobia* harus bisa melihat dalam dirinya dan menyadari dampak yang terjadi jika terus bergantung kepada *smartphone* dan bisa mencari solusi yang paling mudah dalam mengatasi masalah yang dihadapinya, setelah itu tugas konselor mengakses diri klien untuk melakukan proses bimbingan bagi mereka yang menderita *nomophobia*. Bagi penderita *nomophobia*, konselor tidak harus menghilangkan kecanduan klien terhadap *smartphone* secara keseluruhan akan tetapi konselor mengubah dan menstimulus klien yang kecanduan *smartphone* dengan menggali potensi

diri dari klien yang bersifat positif sehingga klien bisa melepaskan ketergantungannya dengan *smartphone* (Aziz, 2019).

Sebagai contohnya, Andi merupakan pecandu *smartphone*, dia sama sekali tidak bisa lepas dari *smartphone* yang dimilikinya, jika Andi jauh atau tidak menggunakan *smartphone* maka timbul kegelisahan karena tidak menggunakan *smartphone*. Disini peran konselor sangat berperan aktif dalam mengatasi masalah tersebut. Konselor yang mengatasi masalah *nomophobia* pada langkah awal tidak harus memaksakan klien untuk melepaskan diri dari *smartphone* jika hal itu tetap dilakukan maka akan berdampak negatif bagi kondisi psikologis klien. Sebab itu konselor tetap membiarkan klien menggunakan *smartphone* yang dimilikinya tetapi konselor mengubah dan menggali potensi yang ada pada diri klien sehingga semua itu mengalihkan kecanduan klien terhadap *smartphone* dengan menggali dan menemukan hal positif yang ada pada dirinya.

Nomophobia memiliki empat dimensi yaitu, pertama perasaan tidak dapat berkomunikasi, aspek ini berhubungan dengan adanya perasaan kehilangan ketika secara tiba-tiba terputus komunikasi dengan orang lain. Aspek yang kedua adalah kehilangan konektivitas, aspek ini berhubungan dengan perasaan kehilangan konektivitas ketika tidak dapat terhubung dengan layanan pada *smartphone*. Aspek yang ketiga adalah tidak mampu mengakses informasi, aspek ini menggambarkan perasaan ketidaknyamanan ketika tidak dapat mengambil atau mencari informasi melalui *smartphone* dan aspek yang keempat adalah menyerah pada kenyamanan, aspek ini berhubungan dengan

perasaan nyaman saat menggunakan *smartphone* dan keinginan untuk memanfaatkan kenyamanan dalam *smartphone* tersebut (Yildirim, 2014).

Menurut Bianchi dan Phillips (Yildirim, 2014) *nomophobia* dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah jenis kelamin. Menurut *World Health Organization* (WHO) seks atau jenis kelamin adalah perbedaan biologis antara pria dan wanita. Ada beberapa hal yang mendasari perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam menggunakan *smartphone*. Park dan Lee (Nissa'adah, dkk, 2019) menemukan bahwa ada perbedaan gaya pemakaian *smartphone* antara laki-laki dan perempuan. Perempuan lebih sering menggunakan kamera dalam *smartphone*-nya dan berkomunikasi dengan tujuan untuk mempererat interaksi sosial dengan teman maupun kerabat. Sementara, laki-laki lebih banyak menggunakan *smartphone*-nya untuk menelepon dan mengakses aplikasi yang sesuai kebutuhan.

Hal ini sejalan dengan pendapat Paska dan Yan (Tri Mulyati, 2018) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya kecanduan internet terdiri dari faktor jenis kelamin, tujuan, dan waktu penggunaan, kondisi sosial ekonomi, serta faktor psikologis. Dengan demikian, perbedaan jenis kelamin juga dapat memengaruhi kecanduan *smartphone*. Laki-laki dan perempuan menggunakan internet dengan cara yang berbeda, misalnya laki-laki lebih sering mengalami kecanduan terhadap *game online*, situs porno, perjudian *online*, sedangkan perempuan lebih sering mengalami kecanduan terhadap *chatting* dan belanja *online*.

Penelitian yang dilakukan oleh (Raihana, 2010) menemukan bahwa, perempuan lebih cenderung mengalami kecanduan internet dibandingkan dengan laki-laki. Berbeda dengan hasil penelitian (Ratnasari, 2017) menyatakan bahwa laki-laki lebih cenderung mengalami kecanduan internet dibandingkan perempuan, hal ini dipengaruhi oleh waktu luang yang dimiliki laki-laki lebih banyak dibandingkan perempuan. Penelitian lainnya oleh (Putri, 2019) menunjukkan bahwa perempuan memiliki kecenderungan *nomophobia* lebih besar dari pada laki-laki. Fenomena kecenderungan *nomophobia* yang terjadi yaitu siswa cenderung tidak bisa jauh dari *smartphone*, karena *smartphone* telah menjadi sesuatu hal yang penting, dan perasaan mereka menjadi tidak nyaman ketika tidak bisa menggunakan *smartphone*. Permasalahan yang terdapat di sekolah yaitu hasil belajar siswa yang rendah, tidak fokus dalam belajar karena sering melihat *smartphone*-nya, tidak mengerjakan tugas yang diberikan guru ketika berada di dalam kelas, selalu malas dalam belajar dan sering keluar kelas untuk melihat *smartphone*-nya.

Selain itu, berdasarkan observasi peneliti mendapatkan bahwa siswa baik berada didalam kelas maupun tidak berada di dalam kelas, selalu membawa *smartphone* dan *charger* kemanapun, ketika ditinggal guru untuk mengerjakan tugas siswa langsung mengeluarkan *smartphonenya* untuk bermain *game* dan ada juga yang membuka sosial media. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan di SMK N 2 Payakumbuh pada tanggal 5 Januari 2023 dengan 6 orang siswa bahwa terdapat kecendrungan *nomophobia* pada siswa tersebut dimana siswa cenderung tidak bisa jauh dari *smartphone*,

karena *smartphone* telah menjadi sesuatu hal yang penting, dan perasaan mereka menjadi tidak nyaman ketika tidak bisa menggunakan *smartphone*. Bahkan ada yang alasannya izin ke toilet ternyata hanya ingin melihat *smartphone* saja keluar. Ada juga yang menggunakan *smartphone*-nya lebih dari 6 jam sehari. Pada wawancara tersebut juga terdapat siswa laki-laki cenderung memanfaatkan *smartphone* untuk *game online* dan judi *online* sementara siswa perempuan lebih kepada penggunaan sosial media. Alasan peneliti mengambil sekolah tersebut yaitu adanya fenomena dan permasalahan yang terjadi di sekolah tersebut dan peneliti juga memiliki akses informasi di sekolah tersebut

Berdasarkan fenomena dan masalah yang telah uraian di atas perlunya hal ini diteliti lebih lanjut untuk melihat apakah ada perbedaan *nomophobia* berdasarkan jenis kelamin pada siswa di SMK N 2 Payakumbuh.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, yaitu terdapat faktor-faktor yang diidentifikasi yang dapat mempengaruhi *nomophobia*, yaitu menurut Bianchi dan Phillips (Yildirim, 2014) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya *nomophobia*, yaitu *gender* (jenis kelamin), usia, *self esteem*, *extraversion personality*, *neuroticism personality*. Fenomena kecenderungan *nomophobia* yang terjadi yaitu siswa cenderung tidak bisa jauh dari *smatrtrphone*, karena *smartphone* telah menjadi sesuatu hal yang penting, dan perasaan mereka menjadi tidak nyaman ketika

tidak bisa menggunakan *smartphone*. Sedangkan permasalahan yang terjadi di sekolah yaitu:

1. Adanya siswa cenderung tidak bisa jauh dari *smartphone*, karena *smartphone* telah menjadi sesuatu hal yang penting dan perasaan mereka menjadi tidak nyaman ketika tidak bisa menggunakan *smartphone*.
2. Adanya siswa yang selalu membawa charger kemanapun mereka pergi dan merasa tidak nyaman ketika jaringan internet terganggu.
3. Adanya siswa yang menggunakan *smartphonenya* lebih dari 6 jam sehari.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah di uraikan di atas, peneliti memberikan batasan masalah agar permasalahan tidak meluas dan agar tetap fokus terhadap masalah yang diteliti. Peneliti memilih variabel *nomophobia* yang menjadi batasan pada penelitian ini, karena *nomophobia* merupakan salah satu bentuk perilaku negatif. Maka dari itu, yang menjadi fokus pembahasan dalam penelitian ini yaitu perbedaan *nomophobia* berdasarkan dari jenis kelamin.

D. Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran *nomophobia* pada siswa laki-laki?
2. Bagaimana gambaran *nomophobia* pada siswa perempuan?

3. Apakah terdapat perbedaan signifikan *nomophobia* siswa laki-laki dan perempuan?

E. Tujuan Penelitian

1. Untuk mendeskripsikan gambaran *nomophobia* pada siswa laki-laki.
2. Untuk mendeskripsikan gambaran *nomophobia* pada siswa perempuan.
3. Untuk mengidentifikasi perbedaan *nomophobia* ditinjau dari jenis kelamin pada siswa laki-laki dan perempuan.

F. Manfaat Penelitian

Penulis berharap melalui penelitian ini bisa memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis yang berkaitan dengan kecenderungan *nomophobia* dilihat dari jenis kelamin. Adapun manfaat yang ingin penulis capai yaitu:

1. Teoretis.

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan positif dan menjadi sumber informasi dalam bidang ilmu Bimbingan dan Konseling terkait dengan kecenderungan *nomophobia* dilihat dari jenis kelamin.

2. Praktis.

- a. Bagi Siswa

Bagi siswa hasil penelitian ini diharapkan mampu mengurangi kecanduan *smartphone* sehingga meminimalisir kecendrungan *nomophobia*.

- b. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat acuan dasar untuk melakukan penelitian selanjutnya dan sebagai gambaran melihat perbedaan *nomophobia* berdasarkan faktor lainnya.

c. Bagi Guru BK

Penelitian ini dapat membantu guru BK dalam menghadapi anak yang mengalami kecenderungan *nomophobia*. Serta memberikan gambaran kepada guru BK terkait *nomophobia* yang dapat digunakan sebagai pengembangan layanan yang dapat diberikan terkait permasalahan siswa mengenai kecenderungan *nomophobia*.