

**HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DENGAN
NOMOPHOBIA PADA MAHASISWA GEN Z**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

MUHAMMAD TRI HADI SAPUTRO
NPM : 1511900116

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2022

**HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DENGAN
NOMOPHOBIA PADA MAHASISWA GEN Z**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

MUHAMMAD TRI HADI SAPUTRO

NPM : 1511900116

FAKULTAS PSIKOLOGI

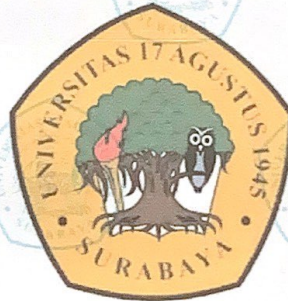
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA

2022

**HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DENGAN
NOMOPHOBIA PADA MAHASISWA GEN Z**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

MUHAMMAD TRI HADI SAPUTRO

NPM : 1511900116

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2022

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 9 Desember 2022



Muhammad Tri Hadi Saputro
1511900116



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext. 311)
e-mail : perpus@untag-sby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Tri Hadi Saputro
NBI/ NPM : 1511900116
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)*, atas karya saya yang berjudul:

HUBUNGAN ANTARA LONELINESS DENGAN NOMOPHOBIA PADA MAHASISWA GEN Z

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty - Free Right)*, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Pada tanggal : 13 Desember 2022

Yang Menyatakan,



Muhammad Tri Hadi Saputro

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Muhammad Tri Hadi Saputro

NBI : 1511900116

Judul : Hubungan antara *Loneliness* dengan *Nomophobia* pada Mahasiswa Gen Z

Surabaya, 9 Desember 2022

Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing I



Drs, Herlan Pratikto, Msi., Psikolog

Dosen Pembimbing II



Suhardianto, S.Psi., M.Psi

HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI

**Dipertahankan Di Depan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal : 13 Desember 2022

Dewan Penguji :

1. Dr. Suroso, M.S.

2. Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog

3. Suhadianto, S.Psi., M.Psi.



.....



.....



.....

**Mengetahui
Dekan,**



Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog

NPP. 205010020552

HALAMAN MOTTO

“Manusia tidak memiliki kuasa untuk memiliki apa pun yang dia mau, tetapi dia memiliki kuasa untuk tidak menginginkan apa yang belum dia miliki, dan dengan gembira memaksimalkan apa yang dia terima”

(Seneca)

“Bukan masalah atau peristiwa yang mengganggu kita, tetapi cara kita memandang masalah atau peristiwa tersebut. Semuanya tergantung pada cara kita memandang sesuatu”

(Epictetus)

“Pengetahuan tanpa tindakan adalah sia-sia, dan tindakan tanpa pengetahuan adalah kegilaan”

(Al-Ghazali)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah memberikan kesehatan, kekuatan, serta kesempatan kepada saya hingga dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Saya mempersembahkan skripsi ini kepada orang-orang yang saya kasihi dan banggakan yaitu kepada kedua orang tua saya yang telah memberi dukungan baik secara materi maupun non materi, kepada kakak saya yang selalu memberikan *support*, kepada teman-teman saya yang telah menemani sejak awal perkuliahan hingga saat ini, serta kepada semua orang yang secara langsung maupun tidak langsung memberikan saya motivasi.

CURRICULUM VITAE

A. Identitas

Nama : Muhammad Tri Hadi Saputro
Tempat Lahir : Gresik
Tanggal Lahir : 15 September 2001
Jenis Kelamin : Laki – laki
Agama : Islam
Alamat : Wonokerto RT 15 RW 03, Dukun, Gresik
Kewarganegaraan: Indonesia
Email : Trihadisme@gmail.com
No. Telepon : 08979853019

B. Riwayat Pendidikan

2019 – Sekarang : S1 Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2016 – 2019 : SMKN 1 Cerme Gresik
2013 – 2016 : SMPN 1 Dukun Gresik
2007 – 2013 : MI Ma'arif NU Tanwirul Qulub
2005 – 2007 : TK Muslimat NU Wonokerto

C. Riwayat Pekerjaan

D. Riwayat Organisasi

E. Kemampuan

Menguasai Beberapa Alat Tes Psikologi
Microsoft Office

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, pencipta alam semesta beserta isinya yang Maha pengasih dan Maha penyayang atas segala limpahan rahmat dan hidayah-Nya yang telah memberikan kesempatan, kemudahan dan kelancaran sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Loneliness* dengan *Nomophobia* pada Mahasiswa Gen Z”.

Skripsi ini peneliti susun sebagai persyaratan untuk memenuhi syarat kelulusan. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak sekali mendapat bimbingan, pengarahan, bantuan, nasihat dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini, penulis menyampaikan rasa terima kasih yang tidak terhingga kepada :

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA., selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Diah Sofiah, M.Si., Psikolog selaku wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dan Dosen Wali saya yang telah memberi tuntunan mengenai mata kuliah pada setiap semester.
4. Amherstia Pasca Rina, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Herlan Pratikto, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing pertama yang banyak memberikan saran dan masukan yang membangun bagi penulis.
6. Suhadianto, S.Psi., M.Psi. selaku dosen pembimbing kedua yang telah memberikan motivasi dan mengarahkan dalam pengerjaan skripsi.
7. Segenap Dosen Fakultas Psikologi dan Dosen Matakuliah umum yang telah membantu menambah wawasan dan pengetahuan baru.
8. Segenap staf tata usaha Fakultas Psikologi yang telah membantu dalam setiap urusan mata kuliah dan sidang skripsi.
9. Kedua orang tua, Ibu dan alm. Ayah tercinta saya ucapkan terima kasih tiada henti untuk kasih sayang, ketulusan hati, semangat dan doa yang telah dipanjatkan tiada henti untuk kelancaran penulisan skripsi ini.

Terimakasih banyak, semoga Allah SWT selalu melindungi dan memberikan kesehatan serta kebahagiaan di dunia maupun di akhirat.

10. Kakak saya tersayang, terima kasih banyak karena selalu memberi motivasi, selalu sabar dan kuat terhadap saya, selalu membimbing dan memberikan semangat serta doa untuk terselesaikannya skripsi ini.
11. Teman-teman semua yang sangat saya sayangi dan yang selalu menemani saya mengisi waktu luang, menghibur dikala sedih, dan terima kasih atas doa dan semangat yang telah diberikan kepada saya.

Surabaya, 9 Desember 2022



Muhammad Tri Hadi Saputro
1511900116

HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DENGAN *NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA GEN Z

Muhammad Tri Hadi Saputro

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

E-mail: Trihadisme@gmail.com

ABSTRAK

Kemajuan teknologi telah mengubah kehidupan masyarakat secara signifikan. Penggunaan *smartphone* telah meningkat, berbagai efek samping yang ditimbulkan karena penggunaan *smartphone* yang berlebihan pun telah muncul. Selain memberikan dampak positif, *smartphone* juga dapat memberikan dampak negatif, salah satunya *nomophobia*. Banyak faktor yang dapat menyebabkan individu menjadi cemas ketika jauh dari *smartphone*, salah satunya *loneliness*. Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan *loneliness* dengan *nomophobia* pada mahasiswa generasi Z di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Populasi pada penelitian ini sebanyak 472 mahasiswa yang merupakan mahasiswa aktif di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Partisipan yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 216 mahasiswa yang tergolong dalam generasi Z. Metode pengumpulan data menggunakan skala *nomophobia* yang disusun berdasarkan aspek yang dari Yildirim & Correia (2015) dan skala *loneliness* yang disusun berdasarkan aspek dari Russel (1996). Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan korelasi *Spearman's rho* dengan bantuan *SPSS (Statistical Product and Service Solution) for windows versi 26*. Hasil analisis data menunjukkan nilai $\rho = 0,848$ dengan signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$) sehingga ada hubungan positif yang sangat signifikan antara *loneliness* dengan *nomophobia* pada mahasiswa gen Z.

Kata Kunci : *smartphone, loneliness, nomophobia*

RELATIONSHIP BETWEEN LONELINESS AND NOMOPHOBIA IN GEN Z STUDENTS

Muhammad Tri Hadi Saputro

Faculty of Psychology, University of 17 August 1945 Surabaya

E-mail: Trihadisme@gmail.com

ABSTRACT

Technological advances have changed people's lives significantly. The use of smartphones has increased, various side effects caused by excessive smartphone use have also emerged. Apart from having a positive impact, smartphones can also have a negative impact, one of which is nomophobia. Many factors can cause individuals to become anxious when away from a smartphone, one of which is loneliness. This research was carried out with the aim of knowing the relationship between loneliness and nomophobia in generation Z students at the University of 17 August 1945 Surabaya. This study uses a correlational quantitative method. The population in this study were 472 students who were active students at the University of 17 August 1945 Surabaya. The sampling technique used purposive sampling technique. The participants used in this study were 216 students belonging to generation Z. The data collection method used the nomophobia scale which was compiled based on aspects from Yildirim & Correia (2015) and the loneliness scale which was compiled based on aspects from Russell (1996). Hypothesis testing in this study used Spearman's rho correlation with the help of SPSS (Statistical Product and Service Solution) for window version 26. The results of data analysis showed that $\rho = 0.848$ with a significance $p = 0.000$ ($p < 0.01$) so that there is a very positive relationship significant difference between loneliness and nomophobia in gen Z students.

Keyword : *smartphone, loneliness, nomophobia*

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK.....	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang	1
2. Rumusan Masalah.....	6
B. Tujuan dan Manfaat.....	6
1. Tujuan Penelitian	6
2. Manfaat Penelitian	6
C. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. <i>Nomophobia</i>	11
1. Pengertian <i>Nomophobia</i>	11
2. Aspek – Aspek <i>Nomophobia</i>	13
3. Indikator <i>Nomophobia</i>	15

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK.....	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan	1
1. Latar Belakang	1
2. Rumusan Masalah	6
B. Tujuan dan Manfaat	6
1. Tujuan Penelitian	6
2. Manfaat Penelitian	6
C. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. <i>Nomophobia</i>	11
1. Pengertian <i>Nomophobia</i>	11
2. Aspek – Aspek <i>Nomophobia</i>	13
3. Indikator <i>Nomophobia</i>	15

4.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Nomophobia</i>	15
5.	Cara Mengatasi <i>Nomophobia</i>	17
B.	<i>Loneliness</i>	18
1.	Pengertian <i>Loneliness</i>	18
2.	Aspek – Aspek <i>Loneliness</i>	20
3.	Indikator <i>Loneliness</i>	21
4.	Faktor – Faktor yang Mempengaruhi <i>Loneliness</i>	22
5.	Dampak <i>Loneliness</i>	24
C.	Kerangka Berpikir	27
D.	Hipotesis.....	29
BAB III METODE PENELITIAN.....		31
A.	Populasi dan Partisipan.....	31
1.	Populasi.....	31
2.	Partisipan	31
B.	Desain Penelitian.....	32
C.	Instrumen Pengumpulan Data	32
1.	Skala <i>Nomophobia</i>	33
a.	Definisi Operasional	33
b.	Pengembangan Alat Ukur	33
c.	Uji Alat Ukur	35
2.	Skala <i>Loneliness</i>	36
a.	Definisi Operasional	36
b.	Pengembangan Alat Ukur	36
c.	Uji Alat Ukur	38
D.	Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	39
1.	Uji Prasyarat	39
a.	Uji Normalitas.....	39
b.	Uji Linearitas	40
2.	Analisis Data.....	40

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Hasil Penelitian.....	43
B. Pembahasan	44
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	47
A. Kesimpulan.....	47
B. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN	55

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blue print</i> Skala <i>Nomophobia</i>	34
Tabel 2. Hasil Uji Validitas Skala <i>Nomophobia</i>	35
Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Nomophobia</i>	36
Tabel 4. <i>Blue print</i> Skala <i>Loneliness</i>	37
Tabel 5. Hasil Uji Validitas Skala <i>Loneliness</i>	38
Tabel 6. Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Loneliness</i>	39
Tabel 7. Hasil Uji Normalitas	40
Tabel 8. Hasil Uji Linearitas	40
Tabel 9. Interval Koefisien	41
Tabel 10. Hasil Uji Korelasi <i>Spearman's rho</i>	41
Tabel 11. Jenis Kelamin Responden	43
Tabel 12. Angkatan Responden	43
Tabel 13. Usia Responden	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Berpikir	29
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

1. Skala <i>Nomophobia</i>	55
2. Skala <i>Loneliness</i>	58
3. Tabulasi Jawaban <i>Nomophobia</i>	59
4. Tabulasi Jawaban <i>Loneliness</i>	67
5. Hasil Analisis Korelasi <i>Spearman's rho</i>	74
6. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Nomophobia</i>	74
7. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Loneliness</i>	77
8. Hasil Uji Normalitas	81
9. Hasil Uji Linearitas	81