

**GAMBARAN NOMOPHOBIA PADA MAHASISWA KEPERAWATAN AKIBAT
PENGUNAAN *SMARTPHONE* DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PEKAJANGAN PEKALONGAN**

Jumiati dan Neti Mustikawati

**Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan
Jl. Raya Ambokembang No.8 Kab. Pekalongan**

Jumiatins54@gmail.com

ABSTRAK

Jumiati¹, Neti Mustikawati²

**Gambaran nomophobia pada mahasiswa keperawatan akibat penggunaan *smartphone*
di fakultas ilmu kesehatan universitas muhammadiyah pekajangan pekalongan**

xii + 59 halaman + 12 Tabel + 1 skema + 9 Lampiran

Kecanggihan teknologi *smartphone* memberikan banyak manfaat bagi penggunanya. Seseorang yang bergantung pada *smartphone* akan merasa cemas dan panik jika seseorang tidak bersama *smartponenya* yang dikenal dengan istilah *Nomophobia*. *Nomophobia* merupakan ketakutan berlebih karena seseorang tidak mampu berkomunikasi melalui ponsel atau internet. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *Nomophobia* pada mahasiswa keperawatan akibat penggunaan *smartphone* di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Sampel penelitian berjumlah 234 mahasiswa keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan dengan teknik penentuan sampel menggunakan teknik proporsi dan random sampling. Metode pengumpulan data menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan alat ukur berupa kuesioner *nomophobia*. Teknik analisis data dengan menggunakan teknik analisis Univariat berupa tabel distribusi frekuensi dan prosentase. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil bahwa 100% sampel penelitian memiliki *nomophobia*, dimana sebanyak 53% memiliki *nomophobia* sedang, 44% memiliki *nomophobia* berat dan 3% memiliki *nomophobia* ringan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa dari 234 responden kategori *nomophobia* terbanyak adalah kategori *nomophobia* sedang dan pada usia 21 tahun lebih banyak memiliki *nomophobia* berat. Maka dari hasil tersebut, perlu adanya penanganan yang harus dilakukan untuk mengurangi kecenderungan *nomophobia* agar tidak menyebabkan dampak buruk yang lebih serius.

Kata kunci: *Nomophobia*, *smartphone*

Daftar Pustaka: 32 website: 3 (2011-2019)

ABSTRACT

Jumiati, Neti Mustikawati

The description Nomophobia of nursing students due to smartphone use at the faculty of health Science Muhammadiyah Pekajangan University in Pekalongan

xi + 59 Page + 12 tables + 1 schemma + 9 Appendix

The sophistication of smartphone technology provides many benefits for its users. Someone who depends on a smartphone will feel anxious and panic if someone is not with the smartphone known as Nomophobia. Nomophobia is an excessive fear because someone is not able to communicate via cellphone or the internet. This study aims to determine the description of Nomophobia in nursing students due to smartphone use at Faculty of Health Science of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan University. The sample of the study was 234 nursing students from Faculty of Health Science of Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan University with sampling techniques using proportional techniques and random sampling. The method of data collection uses quantitative research methods with measuring instruments in the form of nomophobia questionnaires. Data analysis techniques using Univariate analysis techniques in the form of frequency distribution tables and percentages. Based on the results of data analysis, it was found that 100% of the study samples had nomophobia, of which 53% had moderate nomophobia 44% had severe nomophobia and 3% had mild nomophobia. . The conclusion of this study is that of the 234 nomophobia category respondents, the nomophobia category is moderate and at the age of 21 years more have severe nomophobia. So from these results, there needs to be treatment that must be done to reduce the tendency of nomophobia to not cause more serious adverse effects.

Keywords: Nomophobia, smartphone

Bhibliograph : 32 website: 3 (2011-2019)

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Teknologi merupakan suatu alat yang mempengaruhi perkembangan lingkungan hidup manusia. Teknologi mampu mengubah mobilitas manusia, jangkauan, wawasan, cara komunikasi, dan mengelola organisasi. Teknologi yang dipergunakan secara bijak akan mengarahkan seseorang dalam kemajuan. Dengan berbagai macam teknologi yang telah diciptakan, misalnya dalam bidang pertanian, kesehatan serta pendidikan, maka dapat meningkatkan kesejahteraan hidup dan kualitas sumber daya manusia (Purwasih dan Kusumantoro, 2018, h.1).

Munculnya era modernisasi, akan menyebabkan suatu perubahan sosial masyarakat. Modernisasi datang seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (Purwasih dan Kusumantoro, 2018, h.38). Kemajuan dan perkembangan teknologi adalah suatu hal yang tidak dapat dihindari dalam kehidupan manusia. Semakin maju ilmu pengetahuan maka semakin maju pula teknologi yang diciptakan manusia. Teknologi memberikan kemudahan dalam segala hal, termasuk dalam interaksi antar manusia (Ngafifi, 2014, Vol.2, h.34). Contoh dari teknologi yang sudah banyak digunakan adalah *gadget*.

Gadget diartikan dalam bahasa Indonesia adalah gawai. Gawai merupakan suatu teknologi komunikasi, hiburan dan informasi yang memiliki fungsi praktis dan disusun dengan fitur yang lebih canggih dari teknologi yang diciptakan sebelumnya. *Gadget* dapat berupa *laptop*, *ipad*, *tablet* dan

smartphone. Dari masing-masing jenis *gadget* tersebut, memiliki kegunaan yang hampir sama, dimana alat tersebut dapat memberikan kemudahan dalam kehidupan manusia (Wijarnako dan Setiawati, 2016, h.3).

Penggunaan teknologi tersebut sudah ada hampir diseluruh dunia. Salah satunya adalah Indonesia. Indonesia merupakan negara dengan penggunaan teknologi *smartphone* yang tinggi. *Smartphone* telah digunakan diberbagai kalangan, baik usia, pekerjaan, jenis kelamin bahkan pelajar dan mahasiswa. *Smartphone* sering digunakan untuk interaksi dengan teman dan keluarga, namun selain itu juga dapat digunakan untuk mengakses informasi melalui internet.

Smartphone merupakan suatu teknologi digital yang mampu menggabungkan proses komputasi dengan aktifitas keseharian manusia tanpa dibatasi dalam satu wilayah (Istiyanto, 2013, h.1). Berdasarkan data dari *Emarketer* yaitu suatu lembaga riset digital internasional tahun 2015, pengguna *smartphone* di Indonesia dalam rentan tahun 2016 hingga 2019 diperkirakan mencapai 92 juta. Selain itu, berdasarkan data dari Statista suatu badan statistik online, menyebutkan bahwa angka pengguna *smartphone* di Indonesia terus meningkat dari tahun 2011 dengan angka 11,7 juta sampai tahun 2022 dengan angka 89,86 juta. Angka tersebut diperkirakan akan terus meningkat dari tahun ke tahun, apalagi mengingat pembaruan *smartphone* yang semakin canggih.

Kecanggihan teknologi *smartphone* memberikan banyak manfaat bagi penggunaanya. Selain itu, *smartphone* juga dilengkapi dengan banyak fitur-

fitur menarik seperti aplikasi *game*, *chatting* dan akses internet. Tersedianya akses internet dalam *smartphone*, pengguna dapat mencari berbagai informasi, pengetahuan bahkan berbisnis *online* ke seluruh dunia.

Dalam dunia kesehatan, seorang petugas kesehatan termasuk tenaga keperawatan dituntut untuk selalu memperbarui keilmuannya agar ilmu yang dimilikinya selalu berkembang dan mengetahui informasi terbaru (Chong, Francis, Cooper & Abdullah 2014 dalam Setiawan 2017). Dengan menggunakan teknologi *smartphone*, semua informasi mengenai literatur kesehatan telah tersedia secara lengkap. Namun, kebanyakan tenaga perawat hanya memanfaatkan *smartphone* sebagai media komunikasi saja, seperti *whatsapp* dan *instant messaging* lainnya (Setiawan, 2017).

Semakin sering seseorang menggunakan teknologi *smartphone*, juga dapat memberikan dampak yang buruk termasuk dampak psikologi. Seseorang akan mengalami penurunan moral dikalangan masyarakat, memunculkan kenakalan dan tindakan menyimpang, serta pola interaksi antar manusia yang berubah (Ngafifi, 2014, vol.2, h.42). Pada tenaga kesehatan khususnya perawat, *smartphone* yang digunakan dengan tidak bijak dapat memberikan dampak buruk pada pelayanan.

Jika hal tersebut dibiarkan saja maka seseorang akan bergantung secara terus menerus pada *smartphone* meskipun penggunaanya tidak terlalu dibutuhkan dalam aktivitas harian. Pada perawat tentunya akan menyebabkan citra negatif dalam pelayanan keperawatan. Seseorang yang

bergantung pada *smartphone* akan merasa cemas dan panik jika seseorang tidak bersama *smartponenya* yang dikenal dengan istilah *Nomophobia*.

Nomophobia merupakan ketakutan berlebih karena seseorang tidak mampu berkomunikasi melalui ponsel atau internet. Kata “*Nomophobia*” berasal dari Inggris, disusun dari ungkapan “*No Mobile Phobia*” yaitu fobia tanpa menggunakan ponsel (King dkk, 2014, h.28). Akibatnya, seseorang menjadi bergantung dan akan terus menerus mengecek *smartphone* mereka dimanapun dan kapanpun.

Dalam studi penelitian yang dilakukan Secur Envoy pada tahun 2012, sebuah perusahaan di Inggris melakukan survei terhadap 1000 orang diperoleh sebanyak 66% termasuk dalam *nomophobia*. Berdasarkan hubungan antara *nomophobia* dengan usia, dalam studi ini ditemukan bahwa pada usia dewasa awal yaitu 18-24 tahun adalah paling rentan terhadap *nomophobia* dengan presentasi sebesar 77%, diikuti oleh pengguna yang berusia 25-34 tahun dengan presentase sebesar 68% dan yang ketiga adalah pengguna *smartphone* usia 55 tahun lebih menjadi penderita *nomophobia* terbanyak ketiga (Secur Envoy 2012 dalam Yildirim 2014, h. 7).

Penelitian *nomophobia* di Indonesia yang dilakukan oleh Ma’arif Dwi Prasetyo pada tahun 2017, dengan judul Hubungan *Nomophobia* dengan Prososial di Universitas Muhammadiyah Malang, menunjukkan dari 350 responden penelitian terdapat 80 responden memiliki *Nomophobia* tinggi (22,9%) dan sebanyak 270 responden

memiliki *nomophobia* rendah (77,1%). Selain itu juga ada penelitian lain dari Fitri Verawati Fajri pada tahun yang sama dengan judul Hubungan antara Penggunaan Telepon Genggam *Smartphone* dengan *Nomophobia* pada mahasiswa dengan responden sebanyak 91. Hasil penelitian ini, penggunaan *smartphone* tinggi sebanyak 43 responden dan kejadian *Nomophobia* pada responden termasuk kategori tinggi dengan besar Rerata Empiris 74,14 dan Rerata Hipotetik 65.

Jika *nomophobia* dialami oleh seorang perawat maka bisa berakibat buruk dalam pelayanan pada pasien. Perawat akan lebih sering menggunakan *smartphonanya* yang dapat menurunkan tingkat kinerja yang signifikan menjadi perhatian, karena mengakibatkan timbulnya masalah keselamatan pada pasien (McBride, LeVasseur, & Li, 2015), serta mencerminkan perilaku yang tidak profesional dalam memberikan pelayanan keperawatan. Untuk itu perlu adanya upaya pencegahan serta penanganan yang tepat terkait *nomophobia*. Pencegahan *nomophobia* harus dilakukan sedini mungkin agar meminimalkan kejadian *nomophobia*. Pencegahan tersebut, dapat dimulai dari tingkat mahasiswa supaya mereka mengerti akan kecenderungan *nomophobia* akibat penggunaan *smartphone* yang dialaminya.

Berdasarkan studi lapangan yang dilakukan pada tanggal 3 Januari 2019 yang peneliti lakukan di wilayah kampus II Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, peneliti melakukan wawancara ke 10 orang mahasiswa yang memiliki *smartphone* dimana sebanyak 10 orang

mengatakan *smartphone* mereka terkoneksi dengan internet, sebanyak 8 orang mengatakan panik dan gelisah jika *smartphone* mereka kehabisan baterai, dan sebanyak 10 orang mengecek hp lebih dari 10 kali dalam sehari.

Berdasarkan data tersebut, tidak menutup kemungkinan mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan beresiko memiliki *nomophobia*. Dengan mengetahui gambaran *nomophobia* tersebut, diharapkan mereka akan sadar dan dapat mengurangi penggunaan *smartphone* dalam kesehariannya mengingat dampak yang diakibatkan dapat mempengaruhi kualitas pelayanan pada pasien nantinya. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan studi deskriptif *nomophobia* pada mahasiswa keperawatan akibat penggunaan *smartphone* di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, bahwa penggunaan *smartphone* secara terus menerus dapat menyebabkan *nomophobia*. Jika *nomophobia* dialami oleh perawat maka bisa berakibat pada pelayanan pasien yang kurang maksimal. Pencegahan *nomophobia* harus dilakukan sedini mungkin sebelum *nomophobia* terjadi pada petugas keperawatan salah satunya ialah dengan mendeteksi pada tingkat mahasiswa. Dengan mengetahui gambaran *nomophobia* yang dialaminya diharapkan mereka dapat mengurangi penggunaan *smartphone* dalam aktivitas hariannya. Untuk itu peneliti tertarik

untuk melakukan penelitian terkait *nomophobia* pada mahasiswa keperawatan. serta hasil dari studi lapangan yang telah dilakukan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini. Sehingga memunculkan rumusan masalah bagaimana gambaran kejadian *nomophobia* pada mahasiswa keperawatan akibat penggunaan *smartphone* di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan?.

C. Tujuan

Tujuan dari penelitian yang akan dilakukan ini adalah:

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran *nomophobia* pada mahasiswa keperawatan akibat penggunaan *smartphone* di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin dan jurusan
- b. Untuk mengetahui gambaran penggunaan *smartphone* yang meliputi, sudah berapa lama menggunakan *smartphone*, biaya yang digunakan untuk internet, durasi penggunaan *smartphone*, frekuensi penggunaan *smartphone*, konten aplikasi yang sering digunakan, dan gambaran *nomophobia* pada mahasiswa keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas

Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengetahui lebih rinci tentang gambaran *nomophobia* pada mahasiswa keperawatan akibat penggunaan *smartphone* di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan serta dapat memberikan masukan dalam peningkatan kualitas layanan keperawatan.

2. Bagi Responden

Responden dapat mengetahui tingkatan maupun kategori *nomophobia* yang dialami.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan dasar untuk mengevaluasi penggunaan *smartphone* pada mahasiswa agar dapat memaksimalkan tugas dan kewajiban dalam belajar. Sehingga proses belajar mahasiswa dapat lebih optimal.

4. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi profesi keperawatan tentang penggunaan *smartphone* yang akan berpengaruh pada pelayanan keperawatan serta sebagai sarana informasi bagi profesi perawat khususnya di bidang keperawatan jiwa tentang penggunaan *smartphone* secara berlebihan dapat menyebabkan munculnya *nomophobia*, sehingga dapat meminimalkan penggunaan *smartphone* serta mencegah terjadinya *nomophobia*.

5. Bagi Peneliti Lainnya

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan dan dijadikan sebagai bahan referensi dan sebagai bahan dasar dalam melakukan penelitian lebih lanjut seperti menghubungkan dengan variabel lain, pencegahan dan penanganan terkait *nomophobia*.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian merupakan metode atau cara yang memberikan arah terhadap jalannya suatu penelitian (Dharma, 2011, h.72). Pada penelitian yang dilakukan ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan lintang potong. Populasi dari penelitian yang dilakukan ini adalah seluruh mahasiswa Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekalongan tahun akademik 2018/2019 yang berjumlah 695 mahasiswa. Sampel yang telah dilakukan penelitian yaitu berjumlah 234 responden. Untuk mengetahui tingkat *nomophobia* dengan kuesioner *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) dari Yildirim dan Correia (2015) yang telah diadaptasi oleh peneliti dari Indonesia yaitu Elvira Rossa (2016) dari Universitas Syiah Kuala dan dialih bahasakan kedalam bahasa Indonesia oleh Dosen Fakultas Keperawatan spesialis jiwa dan staff atau dosen Laboratorium Bahasa Inggris Universitas Syiah Kuala. Kuesioner terdiri dari 20 pernyataan *favorable*. Pernyataan dalam skala ini menggunakan skala *likert* dimana terdapat tujuh alternatif jawaban yaitu nilai 1 “sangat tidak setuju (STS)”, nilai 2 “tidak setuju (TS)”, nilai 3 “agak tidak setuju (ATS)”, nilai 4 “netral (N)”, nilai 5 “agak setuju (AS)”, nilai 6 “setuju (S)”, dan nilai 7 “sangat setuju (SS)”. Setiap jawaban akan diberi skor berdasarkan pilihan jawaban. Total skor dihitung dengan merangkum tanggapan untuk setiap item dimana skor

dimulai dari 20 sampai 140, semakin tinggi skor maka semakin tinggi pula tingkat keparahan *nomophobia*. Skor NMP-Q ditafsirkan sebagai berikut: skor 20 menunjukkan tidak adanya *nomophobia*, skor >20 dan <60 menunjukkan *nomophobia* ringan, skor >60 dan <100 menunjukkan *nomophobia* sedang dan skor >100 dikategorikan *nomophobia* berat.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran karakteristik responden mahasiswa Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekalongan diperoleh hasil bahwa dari 234 responden, usia yang paling mayoritas adalah usia 19 tahun dengan jumlah 83 responden (35,5%), jenis kelamin responden mayoritas adalah perempuan yaitu berjumlah 186 responden (79%), jurusan responden terbanyak adalah dari S1 Keperawatan berjumlah 151 responden (65%).
2. Gambaran *nomophobia* pada responden mahasiswa keperawatan di Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekalongan

Tabel 5.7
Distribusi Frekuensi Nomophobia Pada Responden

Kategori	frekuensi	%
Tidak Nomophobia	0	0%
Nomophobia Ringan	7	3%
Nomophobia Sedang	124	53%
Nomophobia Berat	103	44%
Total	234	100%

Berdasarkan tabel 5.7 diperoleh hasil dari 234 responden memiliki nomophobia (100%), dimana responden yang memiliki nomophobia ringan sebanyak 7 responden (3%), sedang sebanyak 124 responden (53%) dan nomophobia berat sebanyak 103 responden (44%).

B. Pembahasan

1. Gambaran Nomophobia Pada Mahasiswa Keperawatan Akibat Penggunaan Smartphone

Berdasarkan hasil penelitian *nomophobia* dari 234 responden yang ditunjukkan pada tabel 5.7 didapatkan hasil bahwa 100% responden memiliki *nomophobia*. Kategori *nomophobia* yang paling tinggi adalah *nomophobia* sedang dengan nilai sebanyak 124 responden (53%) dan disusul oleh kategori *nomophobia* berat sebanyak 103 responden (44%) dan *nomophobia* ringan sebanyak 7 responden (3%). Hasil tersebut diperkuat oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan di Universitas Sanata Dharma Yogyakarta dimana sebanyak 221 responden penelitian memiliki *nomophobia* artinya seluruh responden tersebut tidak ada yang tidak mengalami *nomophobia* (Triwahyuni, 2019). Penelitian terbaru (King,dkk, 2014), mendefinisikan *nomophobia* merupakan ketakutan di era modern yang muncul ketika tidak mampu untuk berkomunikasi melalui ponsel atau internet. Pada penelitian yang dilakukan oleh Bragazzi dan Puente (2014) mengungkap bahwa

nomophobia bisa dimasukkan dalam DSM-V (*Diasnotic and Statistical Manual of Mental Disorder*) yaitu suatu gangguan kejiwaan atau mental. *Nomophobia* dianggap sebagai gangguan kontemporer masyarakat digital dan virtual dan mengacu pada ketidaknyamanan, kecemasan, kegugupan atau penderitaan disebabkan oleh tidak kontak dengan ponsel atau komputer. Secara umum, hal tersebut merupakan ketakutan patologis untuk tetap tidak terhubung dengan teknologi yang termasuk dalam fobia sosial dimana bisa menjadi gangguan mental yang lebih serius.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang sudah dijelaskan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa seluruh responden penelitian memiliki *nomophobia* dengan kategori *nomophobia* sedang sebanyak 3%, *nomophobia* sedang sebanyak 53% dan *nomophobia* berat sebanyak 44%.

DAFTAR PUSTAKA

- Anies. (2017). *Bunga Rampai Fenomena Unik Tentang Penyakit*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Bragazzi, N.L., dan Puente, G.D. (2014). *A Proposal for Including Nomophobia in The New DSM-V*. Psychology Research and Behavior Management.
- Dermawan, Deden. (2013). *Pengantar Keperawatan Profesional*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.

- Dharma, Kelana Kusuma. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Dwi Prasetyo, Ma'arif. (2017). Skripsi: *Hubungan Antara Nomophobia dan Prososial pada Mahasiswa*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Fajri, Fitri Verawati. (2017). Naskah Publikasi: *Hubungan Antara Penggunaan Telepon Genggam Smartphone dengan Nomophobia pada Mahasiswa*. Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Gifary, Sharen dan Iis Kurnia N. (2015). *Intensitas Penggunaan Smartphone Terhadap Perilaku Komunikasi*. Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Komunikasi dan Bisnis. Universitas Telkom.
- Hastono, Sutanto Priyo. (2016). *Analisis Data pada Bidang Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Istiyanto, Jazi Eko. (2013). *Pemrograman Smartphone Menggunakan SDK Android dan Hacking Android*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- King, Anna L.S., Valenca, A.M., Silva, A.C., Sancassiani, F., Machado, S., & Nardi, A.E. (2014). *"Nomophobia": Impact of Cell Phone Use Interfering with Symptoms and Emotions of Individuals with a Control Group*. Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health, 10, 28-35.
- Kismiantini, Rina D. Rahmawati dan Evi R. Hartuti. 2010. *Dunia Teknologi dan Komunikasi*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Kementerian Pendidikan Nasional.
- Kozier, Barbara, Erb, G., Berman, A. & Snyder, S.J. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik alih bahasa: Pamilh Eko Karyuni, dkk; editor edisi bahasa Indonesia: Dwi Widiarti, dkk-ed.7*. Jakarta: EGC Medical Publisher.
- Kurniawan, A., & Cahyati, I.Y. (2013). *Hubungan antara academic stres dengan smartphone addiction pada mahasiswa pengguna smartphone*. Jurnal psikologis klinis dan kesehatan mental vol.2 No.1, April 2013.
- Lukluk A. Zuyina dan Siti Bandiyah. (2014). *Psikologi Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- McBride, D., Le Vasseur, S. A., & Li, D. (2015). *Nursing Performance and Mobile Phone Use: Are Nurses Aware of Their Performance Decrements?* JMIR Human Factors, 2(1), e6. Samuel Merritt University.
- Nazir, Moh. (2014). *Metode Penelitian*. Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia.
- Ngafifi, Muhammad. (2014). *Kemajuan Teknologi dan Pola Hidup Manusia dalam Perspektif Sosial Budaya*. Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi dan Aplikasi Volume 2, Nomor 1. Wonosobo.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Novitasari, Dian. (2018). *Tesis: Pelatihan Manajemen Diri untuk Menurunkan Nomophobia pada Mahasiswa*. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia. Yogyakarta.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Priyatna, Andri. (2012). *Parenting di Dunia Digital*. Jakarta: Gramedia.

- Purwasih, Joan Hesti Gita dan Sri Muhammad Kusumantoro. (2018). *Perubahan Sosial*. Klaten: Cempaka Putih.
- Rossa, Elvira. (2016). *Skripsi: Hubungan Smartphone Addiction dengan Kecenderungan Nomophobia pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala*. Banda Aceh.
- Setiawan, M. Bagus. (2017). *Skripsi: Hubungan Penggunaan Smartphone Health Literacy Pada Perawat Di RSU Haji Surabaya*. Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.
- Soyomukti, Nurani. (2012). *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Stuart, Gail W. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa* Stuart edisi Indonesia oleh; Budi Anna Keliat dan Jesika Pasaribu. Indonesia.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tran, Dewey. (2016). *Classifying Nomophobia as Smart-Phone Addiction Disorder*. UC Merced Undergraduate Research Journal, 9(1). University of California.
- Triwahyuni, Ni N.I. (2019). *Skripsi: Dinamika Penderita Nomophobia Berat*. Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta.
- Wijarnako, Jarot dan Esther Setiawati. (2016). *Ayah Baik-Ibu Baik Parenting Digital Pengaruh Gadget dan Perilaku terhadap Kemampuan Anak*. Jakarta: Keluarga Indonesia Bahagia.
- Yildirim, Caglar. (2014). *Exploring the Dimensions of Nomophobia: Developing and Validating a Questionnaire Using Mied Methods Research*. Graduate Theses and Dissertations. Paper 14005.
- Yildirim C. dan Correia Ana P. (2015). *Exploring the Dimensions of Nomophobia: Development and Validation of a-self Reported Questionnaire*. USA.
- Number of Users in Indonesia from 2011 to 2022 (in millions) <https://www.statista.com/topics/5020/smartphones-in-indonesia/> diakses pada tanggal 22 Januari 2019 pukul 20:10 WIB.
- <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2016/08/08/pengguna-smartphone-di-indonesia-2016-2019> diakses pada tanggal 22 Januari pukul 20:30 WIB.
- Menristekdikti: Mahasiswa Indonesia Mencapai 7,5 Juta <https://www.beritasatu.com/nasional/521969-menristekdikti-mahasiswa-indonesia-mencapai-75-juta.html>, diakses pada tanggal 3 Januari 2019 pukul 21:28 WIB