

**PENGARUH POLA ASUH PERMISIF DAN KONSEP DIRI TERHADAP  
KECENDERUNGAN PERILAKU *NOMOPHOBIA* PADA SISWA SMA  
NEGERI 1 KENDAL**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata  
Satu (S1) Psikologi (S.Psi)



**Niken Ade Shofi Infithaaryanti**

**1907016135**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG**

**2024**

## LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI  
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

### PENGESAHAN

Naskah skripsi berikut ini

Judul : PENGARUH POLA ASUH PERMISIF DAN KONSEP DIRI TERHADAP  
KECENDERUNGAN PERILAKU *NOMOPHOBIA* PADA SISWA SMA  
NEGERI 1 KENDAL  
Nama : Niken Ade Shofi Infithaaryanti  
NIM : 1907016135  
Jurusan : Psikologi

Telah diuji dalam sidang munaqosah oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu psikologi.

Semarang, 28 Juni 2024

### DEWAN PENGUJI

Ketua Penguji

Dr. Dina Sugiyanti, M.Si  
NIP. 198408292011012005

Sekretaris Sidang

Nadva Ariyani H.N., S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIP. 199201172019032019

Penguji I

Dr. Nikmah Rochmahwati, M.Si  
NIP. 198002202016012901

Penguji II

Khairani Zikrinawati, M.A.  
NIP. 199201012019032036

Pembimbing I

Wening Wihartati, S.Psi., M.Si  
NIP. 197711022006042004

Pembimbing II

Nadva Ariyani H.N., S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIP. 199201172019032019

## NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING 1

 KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI  
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

---

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

*Assalamu'alaikum. wr. wb.*  
Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah proposal skripsi dengan judul sebagai berikut.

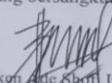
Judul : PENGARUH POLA ASUH PERMISIF DAN KONSEP DIRI TERHADAP  
KECENDERUNGAN PERILAKU *NOMOPHOBIA* PADA SISWA SMA  
NEGERI 1 KENDAL

Nama : Niken Ade Shofi Infithaaryanti  
NIM : 1907016135  
Jurusan : Psikologi

Saya memandang bahwa naskah proposal skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing I,  
  
Wening Wikartati, S.Psi., M.Si.  
NIP. 197711022006042004

Semarang, 7 Juni 2024  
Yang bersangkutan  
  
Niken Ade Shofi Infithaaryanti  
NIM 1907016135

## NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING 2

**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN**  
**JURUSAN PSIKOLOGI**  
Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

---

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

*Assalamu'alaikum. wr. wb.*  
Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah proposal skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : PENGARUH POLA ASUH PERMISIF DAN KONSEP DIRI TERHADAP  
KECENDERUNGAN PERILAKU *NOMOPHOBIA* PADA SISWA SMA  
NEGERI 1 KENDAL

Nama : Niken Ade Shofi Infitharyanti  
NIM : 1907016135  
Jurusan : Psikologi

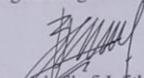
Saya memandang bahwa naskah proposal skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing II.

Semarang, 7 Juni 2024  
Yang bersangkutan

  
Nadya Ariyami Hasanah.N.,M.Psi, Psikolog.  
NIP. 199201172019032019

  
Niken Ade Shofi Infitharyanti  
NIM 1907016135

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Niken Ade Shofi Infithaaryanti

NIM : 1907016135

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

PENGARUH POLA ASUH PERMISIF DAN KONSEP DIRI TERHADAP  
KECENDERUNGAN PERILAKU *NOMOPHOBIA* PADA SISWA SMA  
NEGERI 1 KENDAL

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Kendal, 21 Mei 2024



Niken Ade Shofi Infithaaryanti

## **MOTTO**

“Teruslah berjalan nanti Allah selesaikan. Teruslah berjuang nanti Allah beri peluang. Teruslah berdo’a nanti Allah kabulkan. Teruslah berusaha nanti Allah mudahkan. Jadikanlah setiap sukamu adalah syukur, dan setiap dukamu adalah sabar. Harus selalu yakin bahwa Allah selalu memberikan yang terbaik di waktu yang tepat”

-Niken Ade Shofi Infithaaryanti-

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur atas kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat, hidayah dan kesehatan yang diberikan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pola Asuh Permisif dan Konsep Diri terhadap Kecenderungan *Nomophobia* Pada Siswa SMA Negeri 1 Kendal”. Dalam proses penyusunan dan penelitian skripsi ini tidak terlepas dari adanya kekurangan dan kendala, yang Alhamdulillah secara keseluruhan dapat teratasi berkat adanya arahan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karenanya, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT, atas segala rahmat yang telah diberikan kepada penulis, sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Prof. Dr. Nizar Ali, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
3. Prof. Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
4. Ibu Dewi Khurun Aini, M.A, selaku Ketua Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
5. Ibu Wening Wihartati, S.Psi., M.Si, selaku pembimbing I yang telah berkenan meluangkan waktu, pikiran dan tenaga untuk mendampingi, mengarahkan dan membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Nadya Ariyani Hasanah Nuriyyatiningrum, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku dosen wali sekaligus pembimbing II yang telah berkenan meluangkan waktu, pikiran dan tenaga untuk mendampingi, mengarahkan dan membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmu, arahan dan bimbingan kepada penulis.
8. Seluruh Civitas Akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang baik.
9. Ibu Yuniasih, S.Pd., M.Pd., selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Kendal yang telah berkenan mengarahkan dan membimbing peneliti sehingga dapat melakukan penelitian guna penyelesaian skripsi dengan baik.
10. Seluruh Guru SMA Negeri 1 Kendal yang telah memberikan arahan dan bimbingan sehingga dapat melakukan penelitian dengan baik.
11. Seluruh Tenaga Pendidik SMA Negeri 1 Kendal yang telah memberikan pelayanan dan fasilitas yang baik.
12. Kepada seluruh siswa SMA Negeri 1 Kendal yang telah berkenan untuk menjadi subjek dalam penelitian ini.

Penulis menyadari dalam penelitian ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Meskipun demikian penulis berharap penelitian ini dapat menjadi manfaat dan memberikan sumbangan pengetahuan pada semua pihak yang memerlukan.

Kendal, 21 Mei 2024

Niken Ade Shofi Infithaaryanti

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Moh. Ali Imron Budi Santoso dan Ibu Sri Junaidah, adik saya Lu'lu'ul Maftukhatun Naswa Fatahillah dan Jihan Septi Fatimatus Zahra yang selalu memberikan dukungan dan do'a.
2. Kepada diri sendiri yang selalu berjuang dan berusaha untuk segera menyelesaikan pendidikan di bangku perkuliahan ini.
3. Kepada teman dekat penulis Sintia Hana Dewi, Shinta Hasna Yaumi, Ismaya Sukma Kusumastuti, Nada Rossa Melia, Danial Respati Nugrahadi, dan Tesya Selviana Ruthi yang selalu memberikan semangat dan saran selama menjalani proses penulisan skripsi.
4. Kepada teman seperjuangan cuti Fiariska Istighfarani, Devi Cahyaningrum, Binti Massroah, Rizqanu Aghdaq Aluwaisi, dan Ricko Arif Rohbiansyah yang sudah berjuang bersama untuk melewati masa sulit perkuliahan, memberikan semangat, memberikan saran, dan bersedia mendengarkan keluh kesah selama proses perkuliahan serta penulisan skripsi.
5. Teman-teman seperjuangan psikologi 2019 Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisogo Semarang terkhusus teman-teman psikologi D yang saling membantu dan memberikan dukungan.
6. Seluruh subjek siswa SMA Negeri 1 Kendal yang telah bersedia meluangkan waktunya dan membantu melancarkan proses penelitian ini.

Kendal, 21 Mei 2024

Niken Ade Shofi Infithaaryanti

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING 1 .....	iii
NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING 2 .....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN .....	v
MOTTO .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
ABSTRACT .....	xv
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	11
C. Tujuan Penelitian .....	12
D. Manfaat Penelitian .....	12
E. Keaslian Penelitian .....	13
BAB II .....	28
KAJIAN PUSTAKA .....	28
A. <i>Nomophobia</i> .....	28
1. Pengertian <i>Nomophobia</i> .....	28
2. Faktor-Faktor <i>Nomophobia</i> .....	30
3. Aspek-aspek <i>Nomophobia</i> .....	36
4. Dampak-dampak <i>Nomophobia</i> .....	40
5. <i>Nomophobia</i> dalam Perspektif Islam .....	41
B. Pola Asuh Permisif .....	44
1. Pengertian Pola Asuh Permisif .....	44
2. Faktor-faktor Pola Asuh Permisif .....	46
3. Aspek-aspek Pola Asuh Permisif .....	52
4. Dampak Pola Asuh Permisif .....	54
5. Pola Asuh Permisif dalam Perspektif Islam .....	55

<b>C. Konsep Diri</b> .....	<b>57</b>
1. Pengertian Konsep Diri .....	57
2. Faktor-faktor Konsep Diri .....	60
3. Aspek-aspek Konsep Diri.....	63
4. Dampak-dampak Konsep Diri.....	66
5. Konsep Diri dalam Perspektif Islam.....	67
<b>D. Pengaruh Pola Asuh Permisif dan Konsep Diri Terhadap <i>Nomophobia</i></b> <b>70</b>	
<b>E. Hipotesis</b> .....	<b>80</b>
<b>BAB III</b> .....	<b>81</b>
<b>METODE PENELITIAN</b> .....	<b>81</b>
<b>A. Jenis dan Pendekatan Penelitian</b> .....	<b>81</b>
<b>B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional</b> .....	<b>82</b>
1. Variabel Penelitian .....	82
2. Definisi Operasional.....	82
<b>C. Tempat dan Waktu Penelitian</b> .....	<b>84</b>
1. Tempat Penelitian.....	84
2. Waktu Penelitian .....	84
<b>D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling</b> .....	<b>84</b>
1. Populasi .....	84
2. Sampel.....	85
3. Teknik Sampling .....	86
<b>E. Teknik Pengumpulan Data</b> .....	<b>88</b>
1. Skala <i>Nomophobia</i> .....	89
2. Skala Pola Asuh Permisif .....	91
3. Skala Konsep Diri .....	93
<b>F. Validitas dan Reliabilitas</b> .....	<b>93</b>
1. Validitas.....	93
2. Reliabilitas.....	95
<b>G. Teknik Analisis Data</b> .....	<b>96</b>
1. Uji Asumsi.....	96
2. Uji Hipotesis.....	98
<b>H. Hasil Uji Coba Skala</b> .....	<b>99</b>

<b>BAB IV .....</b>	<b>106</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>106</b>
<b>A. Hasil Penelitian.....</b>	<b>106</b>
1. Deskripsi Subjek.....	106
2. Deskripsi Data Penelitian .....	107
<b>B. Hasil Analisis Data .....</b>	<b>112</b>
1. Uji Asumsi.....	112
2. Uji Hipotesis.....	116
<b>C. Pembahasan .....</b>	<b>120</b>
<b>BAB V.....</b>	<b>138</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>138</b>
A. Kesimpulan .....	138
B. Saran.....	138
<b>LAMPIRAN 1.....</b>	<b>150</b>
<b>SKALA UJI COBA .....</b>	<b>150</b>
Skala 1 .....	151
Skala 2 .....	153
Skala 3 .....	156
<b>LAMPIRAN 2.....</b>	<b>157</b>
<b>HASIL UJI COBA SKALA.....</b>	<b>157</b>
<b>UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA 1 .....</b>	<b>157</b>
<b>UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA 2.....</b>	<b>159</b>
<b>UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA 3.....</b>	<b>161</b>
<b>LAMPIRAN 3.....</b>	<b>162</b>
<b>SKALA PENELITIAN .....</b>	<b>162</b>
Skala 1 .....	163
Skala 2 .....	165
Skala 3 .....	166
<b>LAMPIRAN 4.....</b>	<b>168</b>
<b>SURAT IJIN PENELITIAN.....</b>	<b>168</b>
<b>LAMPIRAN 5.....</b>	<b>170</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>170</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1.</b> Keaslian Penelitian .....	23
<b>Tabel 2.</b> Jumlah Siswa SMA Negeri 1 Kendal Tahun Ajaran 2023/2024 .....	85
<b>Tabel 3.</b> Isaac dan Michael dari populasi tertentu dengan taraf kesalahan 1%, 5%, dan 10% .....	86
<b>Tabel 4.</b> Sampel yang diambil dari populasi berstrata dengan rumus Sugiyono (2009: 89) .....	87
<b>Tabel 5.</b> Kriteria Skor Penilaian .....	89
<b>Tabel 6.</b> Blue Print Nomophobia .....	90
<b>Tabel 7.</b> Blue Print Pola Asuh Permisif .....	91
<b>Tabel 8.</b> Blue Print Konsep Diri .....	93
<b>Tabel 9.</b> Batas-Batas Nilai Koefisien Reliabilitas Davellis (2003) .....	96
<b>Tabel 10.</b> Blue Print Nomophobia setelah uji coba .....	99
<b>Tabel 11.</b> Blue Print Pola Asuh Permisif setelah uji coba .....	101
<b>Tabel 12.</b> Blue Print Konsep Diri setelah uji coba .....	103
<b>Tabel 13.</b> Hasil Uji Reliabilitas Nomophobia .....	103
<b>Tabel 14.</b> Hasil Uji Reliabilitas Pola Asuh Permisif .....	104
<b>Tabel 15.</b> Hasil Uji Reliabilitas Konsep Diri .....	105
<b>Tabel 16.</b> Uji Deskriptif .....	108
<b>Tabel 17.</b> Kategori Skor Variabel Nomophobia .....	108
<b>Tabel 18.</b> Distribusi Variabel Nomophobia .....	109
<b>Tabel 19.</b> Kategori Skor Variabel Pola Asuh Permisif .....	110
<b>Tabel 20.</b> Distribusi Variabel Pola Asuh Permisif .....	110
<b>Tabel 21.</b> Kategori Skor Variabel Konsep Diri .....	111
<b>Tabel 22.</b> Distribusi Variabel Konsep Diri .....	111
<b>Tabel 23.</b> Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov .....	113
<b>Tabel 24.</b> Uji Linearitas Nomophobia dan Pola Asuh Permisif .....	114
<b>Tabel 25.</b> Uji Linearitas Nomophobia dan Konsep Diri .....	114
<b>Tabel 26.</b> Hasil Uji Multikolinearitas .....	115
<b>Tabel 27.</b> Uji Hipotesis Pertama .....	116
<b>Tabel 28.</b> Uji Regresi Linear Berganda .....	117

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1.</b> Pengaruh Pola Asuh Permisif dan Konsep Diri terhadap Kecenderungan Perilaku Nomophobia .....	79
<b>Gambar 2.</b> Diagram Persentase Sebaran Subjek Berdasarkan Usia .....	106
<b>Gambar 3.</b> Diagram Persentase Sebaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin...	107

**THE INFLUENCE OF PERMISSIVE PARENTING AND SELF CONCEPT ON  
NOMOPHOBIC BEHAVIOR TENDENCIES IN STUDENTS OF SMA NEGERI 1  
KENDAL**

Niken Ade Shofi Infithaaryanti, Wening Wihartati, Nadya Ariyyani Hasanah  
Nurriyyatiningrum

**ABSTRACT**

*Abstract: Increased psychological function in the adolescent phase is characterized by an increase in the ability to think, understand, remember and increase mental strength. Along with the increase in psychological function, teenagers' attention to intellectual problems and their social environment is also increasing via smartphones. This habit of using smartphones then causes addiction in teenagers or what is usually called nomophobia. Nomophobia is a condition experienced by individuals when they are away from their smartphone, which causes feelings of anxiety, fear, worry, nervousness and other discomfort, giving rise to compulsive behavior. This research aims to empirically test the influence of permissive parenting and self-concept on the tendency for nomophobic behavior in students at SMA Negeri 1 Kendal. The subjects in this research were 263 students of SMA Negeri 1 Kendal. The sampling technique used is probability sampling with the type of sampling using proportionate stratified random sampling. The method used in this research is a quantitative method with a causal associative research approach. In this study, a scale was used as a measuring tool with three scales consisting of the nomophobia scale, the permissive parenting style scale, and the self-concept scale. Data were analyzed using assumption tests and hypothesis tests. The assumption test consists of a normality test, linearity test, and multicollinearity test. Meanwhile, to test the hypothesis, use the multiple linear regression test. The results of testing the three hypotheses in this study show that there is an influence of permissive parenting on the tendency for nomophobic behavior in students of SMA Negeri 1 Kendal with a significance value of 0.000, there is the influence of self-concept on the tendency of nomophobic behavior in students of SMA Negeri 1 Kendal with a significance value of 0.000, and there is the influence of permissive parenting and self-concept on the tendency to nomophobic behavior with a significance value of 0.000. The results of the research show that there is an influence of permissive parenting and self-concept on the tendency to nomophobic behavior by 35.8% while 64.2% is influenced by other variables that are not in the research.*

**Keywords: nomophobia, permissive parenting style, self-concept**

# **PENGARUH POLA ASUH PERMISIF DAN KONSEP DIRI TERHADAP KECENDERUNGAN PERILAKU *NOMOPHOBIA* PADA SISWA SMA NEGERI 1 KENDAL**

Niken Ade Shofi Infithaaryanti, Wening Wihartati, Nadya Ariyani Hasanah  
Nurriyyatiningrum

## **ABSTRAK**

Abstrak: Peningkatan fungsi psikologis pada fase remaja ditandai dengan adanya peningkatan dalam kemampuan berpikir, memahami, mengingat dan bertambahnya kekuatan mental. Seiring dengan adanya peningkatan fungsi psikologis tersebut, maka meningkat pula perhatian remaja terhadap masalah intelektual dan lingkungan sosialnya yang tercurah melalui *smartphone*. Kebiasaan menggunakan *smartphone* ini kemudian menimbulkan adiksi pada remaja atau biasa disebut dengan istilah *nomophobia*. *Nomophobia* adalah kondisi yang dialami individu ketika berada jauh dari *smartphonenya* yang menyebabkan hadirnya perasaan cemas, takut, khawatir, gugup dan ketidaknyamanan lainnya hingga menimbulkan perilaku kompulsif. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal. Subjek pada penelitian ini adalah 263 siswa SMA Negeri 1 Kendal. Teknik sampling yang digunakan adalah *probability sampling* dengan jenis pengambilan sampel menggunakan *proportionate stratified random sampling*. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan penelitian asosiatif kausal. Dalam penelitian ini menggunakan skala sebagai alat ukur dengan tiga skala yang terdiri dari skala *nomophobia*, skala pola asuh permisif, dan skala konsep diri. Data dianalisis dengan menggunakan uji asumsi dan uji hipotesis. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas, uji linearitas, dan uji multikolinearitas. Sementara untuk uji hipotesis menggunakan uji regresi linear berganda. Hasil uji ketiga hipotesis pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pola asuh permisif terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal dengan nilai signifikansi 0,000, adanya pengaruh konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal dengan nilai signifikansi 0,000, serta adanya pengaruh pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* dengan nilai signifikansi 0,000. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* sebesar 35,8% sementara 64,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada pada penelitian.

**Kata Kunci:** *nomophobia*, pola asuh permisif, konsep diri

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Sekolah Menengah Atas atau yang biasa disebut SMA merupakan salah satu lembaga pendidikan formal sebagai bentuk lanjutan dari jenjang pendidikan di bawahnya yaitu Sekolah Menengah Pertama (SMP). Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) pelajar SMA umumnya berada pada rentang usia 16 sampai 18 tahun. Di mana usia tersebut termasuk ke dalam fase remaja. Fase remaja adalah fase usia bermasalah yang menimbulkan ketakutan, pencarian identitas, masa yang tidak realistis dan fase peralihan yang mengakibatkan adanya perubahan ke arah masa dewasa (Hurlock, 1997: 257). Sementara Monks dkk. (1999: 262) memberi batasan pada usia remaja yaitu antara 12 sampai 21 tahun atau sampai selesainya pertumbuhan fisik. Di mana dalam fase ini remaja akan mengalami perkembangan pada fungsi psikologisnya yang ditandai dengan adanya peningkatan dalam kemampuan berpikir, memahami, mengingat dan bertambahnya kekuatan mental. Seiring dengan adanya peningkatan fungsi psikologis tersebut, maka akan meningkat pula perhatian remaja terhadap masalah intelektual dan lingkungan sosialnya. Perhatian tersebut kemudian tercurah secara langsung maupun tidak langsung melalui *smartphone* karena dianggap lebih mudah, cepat, efektif, efisien dan sesuai dengan perkembangan zaman.

Dilansir dari penelitian Sadya (2023) yang tercantum dalam dataindonesia.id, berdasarkan data Newzoo tahun 2022 Indonesia berada di

urutan keempat dalam pengguna *smartphone* terbanyak di dunia setelah China, India, dan Amerika Serikat. Adanya teknologi canggih yang disertai kemudahan tersebut membuat sebagian individu menjadi ketergantungan terhadap *smartphone*. Ketergantungan akan *smartphone* ini biasa disebut dengan istilah *nomophobia*.

*Nomophobia (no mobile phone phobia)* adalah kecemasan atau rasa tidak nyaman jika berada jauh dari *smartphonenya* dan menjadi suatu phobia baru di zaman modern ini yang terbentuk karena adanya interaksi antara individu dengan alat komunikasi berupa *smartphone* (Yildirim & Correia, 2015: 131). Sementara Rahayuningrum dan Sary (2019:36) menyebutkan bahwa meningkatnya ketergantungan terhadap *smartphone* ini dapat memberikan efek negatif, baik untuk kesehatan fisik maupun psikologis penggunanya. Individu pengidap *nomophobia* cenderung merasa takut secara berlebihan ketika *smartphone* yang dimilikinya tidak terhubung dengan internet, selalu membawa pengisi daya kemanapun, serta merasa gelisah bila berjauhan dengan *smartphonenya*. Hal ini diperkuat dengan definisi *nomophobia* Aguilera-Manrique dkk. (2018: 2) yaitu perasaan cemas jika dijauhkan dari *smartphone* yang menyebabkan ketidakstabilan emosi, agresivitas, dan kesulitan berkonsentrasi, bahkan dapat mempengaruhi kesehatan psikologis dan gangguan jiwa bagi penggunanya. Sedangkan menurut penelitian Bukhori dkk., (2019: 73) menyebutkan bahwa kecanduan *smartphone* berperan dalam mengontrol perilaku yang berkaitan dengan intensitas membaca hingga berdampak pada menurunnya prestasi belajar.

Sementara itu dari segi usia, pecandu smartphone dimulai dari masa anak usia dini hingga usia 55 tahun. Jika dilihat dari dataindonesia.id, usia remaja menjadi yang terbanyak menggunakan internet dibanding kelompok usia lainnya (Bayu, 2022). Data ini selaras dengan data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) dimana pengguna internet Indonesia mencapai 77,02% pada tahun 2021-2022 (Pahlevi, 2022a). Sementara berdasarkan usia, pengguna internet tertinggi berada pada kelompok usia 13-18 tahun dengan persentase sebesar 99,16% (Pahlevi, 2022b).

Data yang telah tercantum tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yildirim dan Correia (2015: 131) bahwa sebanyak 77% individu dengan usia 18-24 tahun adalah orang yang paling rentan terkena *nomophobia*, kemudian diikuti pengguna dengan rentang usia 25-34 tahun dengan persentase 68%, dan pengguna smartphone yang berusia 55 tahun keatas menjadi yang terendah. Selanjutnya, dalam penelitian Pasongli dkk. (2020: 91) yang dilakukan pada 194 mahasiswa aktif Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi melalui kuesioner, usia tertinggi subjek yang paling banyak mengalami *nomophobia* yaitu berusia 18 tahun ke atas, didukung dengan adanya pandemi covid-19 yang mewajibkan semuanya untuk bekerja dan sekolah dari rumah yang otomatis dilakukan secara *online* dengan menggunakan gawai ataupun perangkat lainnya yang terkoneksi dengan internet.

Selain data di atas, penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rahayuningrum dkk. (2019: 36) pada 75 siswa SMA dengan kriteria berusia

16-19 tahun, tidak cacat fisik, dan dalam keadaan sehat, menunjukkan hasil bahwa siswa yang mengalami *nomophobia* taraf berat memiliki persentase sebesar 34%, taraf sedang sebesar 46%, dan taraf ringan sebesar 20%, dimana *nomophobia* ini terjadi karena adanya kelebihan dan kenyamanan yang disajikan oleh *smartphone* yang akhirnya menyebabkan ketergantungan.

Hal ini sejalan dengan pra riset yang dilakukan peneliti di SMA Negeri 1 Kendal pada tanggal 13 September 2023 pada 36 siswa yang berusia 15-18 tahun, menunjukkan hasil bahwa terdapat siswa yang mengalami *nomophobia* di rentang usia remajanya saat ini. Pra riset yang dilakukan peneliti berbentuk kuesioner dengan 6 butir pertanyaan yang dibuat berdasarkan aspek *nomophobia* dari Yildirim (2014: 40–45) yaitu tidak bisa berkomunikasi (*not being able to communicate*), takut kehilangan sinyal dan jaringan (*losing connections*), tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*), serta ketakutan dan menyerah pada kenyamanan (*giving up convenience*). Selain berbentuk kuesioner dalam versi cetak, peneliti juga menggunakan metode wawancara dalam pengumpulan data.

Hasil pra riset yang dilakukan peneliti menggunakan kuesioner mendapatkan hasil bahwa terdapat 83,3% siswa yang merasa lebih nyaman ketika baterai smartphonenya terisi daya hingga penuh dan 66,6% siswa yang merasa khawatir saat tidak dapat menerima pesan teks dan telepon. Selanjutnya 66,6% siswa merasa aneh ketika tidak bisa sesering mungkin mengakses smartphonenya dan 61,11% siswa cenderung mengakses smartphonenya lebih dari 5 jam dalam sehari. Kemudian terdapat 88,8% siswa yang merasa tidak

nyaman ketika tidak bisa mengakses informasi melalui smartphonenya. Selain itu, ada 83,33% siswa merasa ketagihan dengan smartphone karena merasakan kesenangan dan kemudahan.

Selanjutnya, berdasarkan hasil pra riset yang dilakukan peneliti dengan teknik wawancara pada tanggal 13 September 2023 pada 11 subjek yaitu P, S, U, F, AF, AB, FN, LC, N, GA dan DM siswa SMA Negeri 1 Kendal yang saat ini berusia 15 sampai 18 tahun. Dimana AF, AB, dan FN dari kelas 10, sementara P, F, LC dan GA adalah siswa dari kelas 11, sedangkan U,S,N dan DM dari kelas peminatan 12 MIPA dan IPS. Hasil pra riset melalui wawancara menyatakan bahwa seluruh subjek terindikasi mengalami *nomophobia*. Hal ini ditandai dengan siswa yang memiliki kebiasaan mengakses *smartphone* lebih dari 5 jam dalam sehari (7-12 jam), selalu membawa alat pengisi daya kemanapun, serta takut ketika tidak dapat menjalin komunikasi dan menerima atau membagikan informasi. Di samping itu, berdasarkan pernyataan subjek terdapat reaksi fisik berupa keringat dingin dan tangan tremor ketika subjek tidak mendapati keberadaan *smartphonenya* ditambah hampir terlambat mengumpulkan tugas di aplikasi *teams* karena terkendala oleh sinyal. Di mana untuk memastikan ketersediaan sinyal subjek melakukan beragam cara seperti mengangkat tangan tinggi-tinggi, keluar rumah, mencari wifi umum, atau mengganti kartu internet yang lebih memadai.

Selain pernyataan di atas, subjek juga menjelaskan bahwa ketika baterai *smartphonenya* habis atau bahkan mati, subjek merasa takut jika melewatkan panggilan, pesan, maupun informasi dari orang terdekatnya seperti orang tua,

teman, guru, dan kekasihnya. Kemudian subjek menyatakan terdapat rasa takut dan khawatir kehilangan teman curhat dan tempat hiburan ketika mengalami kendala saat membuka aplikasi *instagram*, *whatsapp*, *twitter*, *tiktok*, dan *game online*. Di samping itu, subjek memastikan letak *smartphonenya* berada tidak jauh dari jangkauannya bahkan ketika tidur subjek menyimpan *smartphonenya* di samping bantalnya untuk mengantisipasi keterlambatan menerima dan memberikan pesan, panggilan, maupun informasi. Kemudian berdasarkan pengamatan peneliti pada beberapa siswa SMA Negeri 1 Kendal, siswa tersebut tetap menatap layar *smartphonenya* ketika berjalan, berkumpul bersama temannya di depan kelas, mengobrol, bahkan saat menunggu antrian di kantin.

Banyaknya hal yang dapat dilakukan dengan *smartphone* hingga membuat kecanduan tersebut tentu menimbulkan berbagai dampak untuk kehidupan, baik secara langsung maupun tidak. Hal ini karena *nomophobia* membuat individu merasa memperoleh kenyamanan dari *smartphone* yang mengakibatkan minimnya komunikasi tatap muka antar individu, hingga akhirnya individu tersebut merasa kesepian ketika ada kendala pada *smartphonenya* karena tidak bisa terhubung dengan teman di media sosial miliknya. Oleh karenanya individu yang mengalami *nomophobia* ingin terus-menerus mengakses *smartphone* untuk mencari kenyamanan dan menghilangkan rasa kesepian.

*Nomophobia* juga dapat memunculkan standar penilaian baru bagi individu karena adanya pengaruh standar penilaian dari media sosial yang

terkadang bertentangan dengan prinsip individu tersebut. Di mana standar penilaian yang berasal dari media sosial ini menjadi salah satu hal penting dalam masa kritis di usia remaja. Ketika masa kritis tersebut tidak didampingi dengan gaya asuhan yang tepat, maka individu ini akan semakin kehilangan arah karena tidak adanya figur pendamping yang bisa dijadikan pedoman. Hal ini sesuai dengan salah satu faktor *nomophobia* menurut Agusta (2016: 94) yaitu faktor eksternal yang dalam hal ini berasal dari luar individu seperti teman sebaya dan pola asuh orang tua. Di mana pola asuh orang tua yang diterapkan seperti pola asuh permisif membuat anak mengalami kesepian, kurang cinta dan kasih sayang, ditambah orang tua yang sibuk dan kurang memahami bahaya penggunaan *smartphone* secara berlebihan dapat menyebabkan anak mengalami *nomophobia*. Selain faktor eksternal tersebut Agusta (2016: 94) membagi faktor-faktor *nomophobia* antara lain, yaitu faktor dari dalam diri (internal) seperti rendahnya *self esteem*, keinginan yang tinggi dalam mencari sensasi, selalu mengikuti trend fenomena sosial, rendahnya *self control*, menggunakan *smartphone* tanpa batas waktu, dan memiliki ekspektasi yang tinggi. Kemudian ada faktor situasional yang mengarah pada kenyamanan individu ketika menggunakan *smartphone* untuk menghindari perasaan tidak nyaman seperti, sedih, stress, kecemasan dan mengisi waktu luang. Selanjutnya ada faktor sosial yang bertujuan untuk menjalin hubungan dan berinteraksi dengan orang lain.

Sejalan dengan pernyataan di atas bahwa siswa yang mengalami kesepian selain karena kemampuan komunikasi yang buruk dengan lingkungan

sekitarnya juga disebabkan karena adanya faktor eksternal yaitu penerapan pola asuh, di mana dalam hal ini keterlibatan orang tua sangat diperlukan dalam hal pengawasan terhadap penggunaan *smartphone* agar anak dapat menggunakan *smartphone* sesuai dengan kebutuhannya. Pengawasan yang kurang baik dan kurangnya kontrol cenderung akan membuat anak bertindak sesuai dengan keinginannya sendiri. Ditambah dengan kehadiran *smartphone* yang saat ini telah menggeser posisi orang tua dalam menerapkan pola asuh, dimana orang tua cenderung kurang mengawasi sehingga anak sibuk dengan *smartphonanya* (Nurhidayah dkk., 2021: 130). Oleh karenanya, orang tua sangat berperan dalam melakukan upaya preventif untuk mencegah anak mengalami kecanduan *smartphone*. Namun, di era sekarang ini kebanyakan orang tua cenderung membiarkan anaknya menggunakan *smartphone* tanpa pengawasan dan pembatasan yang berarti orang tua tersebut menerapkan pola asuh permisif dalam mendidik anaknya.

Menurut Baumrind dalam (Santrock, 2011: 253) pola asuh permisif dibagi menjadi dua yaitu *permissive indifferent* dan *permissive indulgent*. *Permissive indifferent* merupakan bentuk pola asuh membiarkan dimana orang tua sangat tidak terlibat dalam menentukan kehidupan anak, pengasuhan dengan tipe ini dihubungkan dengan kurangnya kompetensi sosial pada anak, khususnya kurangnya kendali terhadap dirinya. Sementara *permissive indulgent* merupakan gaya asuhan di mana orang tua sangat terlibat pada kehidupan anak dengan menetapkan sedikit kontrol atau kendali dan membiarkan anak bebas melakukan apapun yang diinginkan. Membiarkan

anak dengan teknologi canggih berupa *smartphone* tanpa batas dan pengawasan akan mengarahkan anak kepada hal-hal yang tidak diinginkan, tidak terkecuali pada pornografi (Widiastuti & Elshap., 2015: 157). Penggunaan gadget menjadi sangat bebas dengan menerapkan pola asuh permisif dalam pengasuhannya, dimana orang tua tidak peduli ditambah dengan pengaruh teman sebaya (Putri, 2023: 58). Kebebasan penggunaan *smartphone* oleh orang tua yang menerapkan pola asuh permisif terjadi karena orang tua tersebut menganggap dirinya sebagai sumber untuk memenuhi segala keinginan anak-anaknya (Jannah dkk., 2022: 41). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pola asuh *permissive indifferent* sebagai variabel independen (X1). Penelitian yang dilakukan oleh Mulyana dan Widyastuti (2018: 539–540) dalam kaitannya dengan *nomophobia* mendapatkan hasil bahwa pola asuh permisif berpengaruh secara signifikan terhadap *nomophobia*. Berdasarkan penelitian tersebut disebutkan bahwa semakin tinggi pola asuh permisif yang diterapkan orang tua kepada anak, maka akan semakin meningkatkan *nomophobia* pada anak tersebut.

Faktor lain selain pola asuh permisif adalah konsep diri yang sesuai dengan faktor *nomophobia* menurut Agusta (2016: 94) yaitu faktor yang berasal dari dalam diri (internal) yang terdiri dari kontrol diri dan harga diri yang rendah. Dimana sesuai dengan pernyataan sebelumnya bahwa individu yang mengalami *nomophobia* berawal dari adanya rasa ketidaknyamanan dalam diri yang akhirnya membuat individu tidak bisa mengontrol dirinya dalam menggunakan *smartphone* termasuk untuk mengendalikan tingkah

lakunya, baik di dunia nyata maupun dunia maya. Kemampuan kontrol diri yang rendah ini juga berkaitan dengan harga diri individu. Rendahnya keberhargaan diri dapat terlihat ketika individu di sosial media menyajikan dirinya tidak sesuai dengan kenyataan sebagai upaya untuk mendapatkan penilaian sesuai standar individu lain yang dianggap baik. Ketika penilaian yang diperoleh tidak sesuai keinginan, maka individu ini akan mengalami *nomophobia* karena kehilangan kontrol dalam menetapkan batas waktu saat mengakses *smartphone* untuk meraih penilaian sesuai standar penilaian individu lain yang belum tentu sesuai dengan dirinya tersebut.

Hal ini sesuai dengan penelitian Kania Saraswatia dan Arifah (2021: 37) dimana konsep diri remaja terbentuk karena adanya pola asuh orang tua, teman sebaya dan harga diri. Konsep diri adalah keyakinan individu terhadap dirinya sendiri meliputi pemahaman emosional (psikis), pemahaman fisik, sosial, dan akademis (Hurlock, 1996: 234). Konsep diri dipelajari melalui interaksi sosial bukan karena faktor hereditas oleh karenanya konsep diri rentan terganggu saat individu berusia remaja (Kania Saraswatia dan Arifah, 2021: 34). Di masa-masa rentan ini lah diperlukan pengawasan dan arahan dari orang tua utamanya ketika anak secara intens mengakses *smartphone* untuk kebutuhan sehari-harinya. Hal ini karena standar penilaian di media maya dapat mempengaruhi atau bahkan membentuk standar penilaian baru bagi individu tersebut yang kemudian berpengaruh pada perubahan konsep diri. Yulikhah dkk., (2019: 71) menyebutkan bahwa konsep diri berperan dalam membentuk perilaku siswa, karena konsep diri membantu siswa untuk mengontrol dan

menyelaraskan pikiran, menghadapi masalah, dan menafsirkan pengalaman yang diperolehnya.

Hal demikian sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Febriarta (2018: 7) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan negatif signifikan antara konsep diri pengguna gadget dengan kecenderungan perilaku *nomophobia*. Artinya semakin tinggi konsep diri pengguna gadget maka akan semakin rendah tingkat kecenderungan perilaku *nomophobia*. Dalam penelitiannya ini disebutkan bahwa secara tidak langsung penggunaan gadget dapat menjadi tolak ukur suatu eksistensi mahasiswa dalam kelompoknya dimana jenis gadget dan fitur yang ada dianggap dapat mewakili konsep diri individu tersebut. Ketika individu ini tidak dapat memaksimalkan penggunaan gadgetnya, maka individu tersebut akan merasa kehilangan harga diri, gagal, malu, terisolir, dan mengalami gangguan emosional lainnya.

Berdasarkan latar belakang dan melihat pentingnya pemilihan pola asuh yang tepat dan konsep diri terhadap individu yang mengalami *nomophobia*, maka peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pola Asuh Permisif dan Konsep Diri terhadap Kecenderungan Perilaku *Nomophobia* pada Siswa SMA Negeri 1 Kendal”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka fokus kajian pada penelitian ini yaitu:

1. Adakah pengaruh pola asuh permisif terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal?

2. Adakah pengaruh konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal?
3. Adakah pengaruh pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang serta perumusan masalah yang telah dipaparkan di atas, penelitian ini bertujuan:

1. Untuk menguji secara empiris mengenai pengaruh pola asuh permisif terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal.
2. Untuk menguji secara empiris mengenai konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal.
3. Untuk menguji secara empiris mengenai pengaruh pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal.

### **D. Manfaat Penelitian**

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat di antaranya:

1. Manfaat Teoritis

Adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber wawasan baru yang berguna untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman yang lebih luas mengenai pola asuh permisif, konsep diri maupun perilaku *nomophobia*.

Selain itu, diharapkan juga dapat memberikan kontribusi pada penambahan

pengetahuan keilmuan psikologi serta dapat menjadi referensi bagi penelitian serupa dikemudian hari.

## 2. Manfaat Praktis

- a) Bagi masyarakat terutama orang tua diharapkan dapat menjadi salah satu rujukan baru ketika anaknya sedang mengalami kecanduan *smartphone* (*nomophobia*) agar lebih mampu mempertimbangkan penggunaan pola asuh permisif dalam upaya preventif untuk mencegah perilaku *nomophobia*.
- b) Bagi individu terutama siswa diharapkan dapat menjadi salah satu rujukan baru ketika sedang mengalami *nomophobia* agar lebih mampu mengontrol penggunaan *smartphone* dalam upaya meningkatkan konsep diri.
- c) Bagi pembaca, penelitian ini diharapkan mampu menjadi motivasi untuk memilah penggunaan pola asuh yang sesuai pada keluarga seperti pola asuh permisif dan mendukung rekan atau anggota keluarga yang sedang mengalami *nomophobia* untuk meningkatkan konsep diri.

## E. Keaslian Penelitian

Penelitian terdahulu mengenai topik yang berkaitan dengan pola asuh permisif, konsep diri, dan kecenderungan perilaku *nomophobia* telah dilakukan beberapa kali oleh peneliti sebelumnya. Namun, peneliti melakukan pencarian untuk memaparkan keaslian penelitian ini guna menghindari plagiasi maupun kesamaan pada penelitian terdahulu. Berdasarkan pencarian peneliti, maka

dibawah ini dipaparkan beberapa penelitian terdahulu dengan tema dan bahasan yang hampir sama, antara lain yaitu:

Pertama adalah penelitian Nur Rosalia Febriarta (2018) yang berjudul “Hubungan Konsep Diri Pengguna Gadget dengan Kecenderungan Perilaku Nomophobia Pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya”. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan metode Correlation Spearman, dengan bantuan program SPSS (Statistical Packages for Social Science) versi 20 for windows. Dimana penelitian dilakukan pada tanggal 11-13 Juli 2018 di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya dengan melibatkan 117 partisipan yang memiliki rentang usia 19-21 tahun. Dari kuesioner yang disebar, didapatkan data dari 117 mahasiswa hasil uji analisisnya adalah  $r = -0,293$  dengan  $p = 0,001$  ( $p < 0.05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri pengguna gadget dengan kecenderungan perilaku nomophobia. Artinya semakin tinggi konsep diri pengguna gadget maka akan semakin rendah tingkat kecenderungan perilaku *nomophobia*. Persamaan pada penelitian ini adalah pada variabel yaitu konsep diri dan *nomophobia*, jenis penelitian yang digunakan (kuantitatif) dan juga metode pengumpulan data menggunakan skala. Sedangkan untuk perbedaannya terdapat pada variabel yang digunakan, pada penelitian (Febriarta, 2018) menggunakan 1 variabel bebas sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan 2 variabel bebas, dimana konsep diri menjadi variabel bebas kedua dan *nomophobia* menjadi variabel terikatnya. Selanjutnya pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi

pengambilan data, penelitian Febriarta (2018) menggunakan teknik pengambilan sampel *proportional sampling*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Kedua penelitian Muyana dan Widiyastuti (2018) yang berjudul “The Influence of Permissive Parenting Towards Nomophobia in Elementary School Students” atau “Pengaruh Pengasuhan Permisif terhadap *Nomophobia* Pada Siswa SD” merupakan penelitian yang menggunakan metode studi korelasional. Penelitian dilakukan di sebuah SD yang berada di Kecamatan Tempel, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta dengan subjek penelitian berjumlah 30 siswa. Pengambilan subjek dilakukan dengan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan skala permisif dan skala *nomophobia*, yang kemudian dianalisis secara statistik dengan menggunakan regresi linier sederhana. Dimana dalam penelitian diperoleh hasil bahwa sebanyak 26,67% siswa menderita *nomophobia* dalam kategori tinggi dan 23,33% dari keseluruhan subjek memiliki kategori pola asuh permisif yang rendah. Dari data tersebut, hasil penelitian membuktikan bahwa pola asuh permisif secara signifikan mempengaruhi *nomophobia* pada siswa SD. Artinya semakin tinggi pola asuh permisif yang diterapkan orang tua kepada anak maka akan semakin meningkatkan *nomophobia* pada anak tersebut. Persamaan pada penelitian ini adalah pada variabel bebas (pengasuhan permisif) dan variabel terikat (*nomophobia*) dan juga metode pengumpulan data menggunakan skala. Sedangkan untuk perbedaannya terletak pada letak variabel yang digunakan, dimana pada penelitian Muyana

dan Widyastuti (2018) menggunakan satu variabel bebas (pengasuhan permisif) sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan dua variabel bebas yaitu pola asuh permisif sebagai variabel bebas satu dan *nomophobia* sebagai variabel terikat. Selanjutnya pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi pengambilan data, penelitian Mulyana dan Widyastuti (2018) menggunakan teknik *simple random sampling*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Ketiga penelitian Novita Maryani dkk. (2021) yang berjudul “Hubungan antara Harga Diri dan *Nomophobia* pada Mahasiswa” merupakan penelitian yang menggunakan metode kuantitatif korelasional. Penelitian ini melibatkan 2.936 mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Makassar dengan kriteria pengguna *smartphone* berusia 18-24 tahun sebagai subjek yang diperoleh dengan cara *insidental sampling*. Peneliti menggunakan skala *nomophobia* dan skala harga diri untuk alat ukur dan uji korelasi Spearman Rank sebagai teknik analisis data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara harga diri dan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Makassar ( $p=0,002$ ,  $r=-0,156$ ). Artinya semakin rendah harga diri, maka tingkat *nomophobia* pada mahasiswa semakin tinggi. Persamaan pada penelitian ini adalah pada variabel yaitu *nomophobia*, jenis penelitian yang digunakan (kuantitatif) dan juga metode pengumpulan data menggunakan skala. Sedangkan untuk perbedaannya terdapat pada variabel yang digunakan, pada penelitian Maryani dkk (2021) menggunakan 1 variabel bebas sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan 2

variabel bebas. Selanjutnya pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi pengambilan data, penelitian Maryani dkk (2021) menggunakan teknik pengambilan sampel *insidental sampling*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Keempat penelitian Ramaita dkk. (2019) yang berjudul “Hubungan Ketergantungan Smartphone dengan Kecemasan (Nomophobia)” merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan desain *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua mahasiswa S1 Keperawatan STIKES Piala Sakti Pariaman yang berjumlah 156 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *simple random sampling* dengan jumlah sampel 50 orang. Kemudian data yang diperoleh dianalisis secara *bivariat* dengan menggunakan *chi square*. Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 156 orang mahasiswa yang memiliki tingkat ketergantungan smartphone ringan, hanya 6,7% yang mengalami kecemasan berat. Sementara dari 5 orang yang mengalami ketergantungan smartphone berat, lebih dari separuhnya (60%) mengalami kecemasan berat. Dari hasil uji statistik terhadap hubungan ketergantungan smartphone dengan kecemasan (nomophobia) hasil p value = 0.000 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara ketergantungan smartphone dengan kecemasan (nomophobia). Persamaan pada penelitian ini terletak pada variabel yang digunakan (nomophobia). Sedangkan perbedaannya terdapat pada variabel yang digunakan, dimana dalam penelitian Ramaita dkk. (2019) variabel *nomophobia* digunakan sebagai variabel bebas, sementara pada penelitian yang akan dilakukan variabel *nomophobia*

digunakan sebagai variabel terikat. Selanjutnya pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi pengambilan data, penelitian Ramaita dkk. (2019) menggunakan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Kelima penelitian Palupi dkk. (2018) yang berjudul “Hubungan Ketergantungan Smartphone Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa Fakultas Diponegoro” merupakan penelitian observasional analitik desain *cross sectional* yang melibatkan 214 mahasiswa program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro angkatan 2014. Dimana calon subjek penelitian yang bersedia akan dikumpulkan dan dimintai ketersediaannya untuk menjadi subjek penelitian dengan mengisi *informed consent* dengan benar. Kemudian subjek penelitian diminta untuk mengisi kuesioner data demografi, kuesioner Smartphone Addiction Scale (SAS) dan kuesioner Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS). Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 153 responden (71,5%) mengalami ketergantungan smartphone sedang, 36 responden (16,8%) mengalami ketergantungan smartphone ringan, dan 25 responden (11,7%) mengalami ketergantungan smartphone tinggi. Kemudian terdapat 131 responden (61,2%) mengalami cemas ringan, 64 responden (29,9%) tidak mengalami kecemasan, dan 19 responden (8,9%) mengalami cemas sedang, serta tidak terdapat responden yang mengalami kecemasan berat. Terbukti dengan adanya hubungan bermakna antara ketergantungan smartphone terhadap tingkat kecemasan dengan koefisien signifikansi sebesar 0,001 serta koefisien korelasi sebesar

0,260. Artinya terdapat hubungan bermakna antara ketergantungan smartphone terhadap kecemasan sehingga hipotesis penelitian dapat diterima. Persamaan pada penelitian ini adalah pada variabel yaitu ketergantungan smartphone (*nomophobia*) dan juga metode pengumpulan data menggunakan skala. Sedangkan untuk perbedaannya terdapat pada variabel yang digunakan, pada penelitian Palupi dkk. (2018) menggunakan 1 variabel bebas sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan 2 variabel bebas. Selanjutnya pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi pengambilan data, penelitian Palupi dkk. (2018) menggunakan teknik pengambilan sampel *total sampling*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode yang digunakan dalam penelitian Palupi dkk. (2018) adalah belah lintang (*cross sectional*), sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif.

Keenam penelitian Apriliyani dan Indrawati (2023) yang berjudul “Hubungan Kesepian dan Persepsi *Authoritative Parenting* dengan Kecenderungan *Nomophobia* Siswa SMPN 195 Jakarta Saat Covid-19” merupakan penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *simple random sampling* dengan sampel 258 murid. Metode pengambilan data menggunakan skala likert dan diolah dengan spss versi 22.0 *for windows*. Berdasarkan hasil analisis data melalui korelasi regresi berganda antara kesepian dan persepsi *authoritative parenting* dengan kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMP Negeri 195 Jakarta didapatkan hasil  $R = 0,339$

dengan  $p = 0,000$ ,  $p < 0,05$  dan  $R \text{ square} = 0,159$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan arah positif antara kesepian dan kecenderungan *nomophobia*, artinya semakin rendah kesepian maka semakin rendah kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMP Negeri 195 Jakarta, serta hubungan ke arah negatif antara persepsi *authoritative parenting* dan kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMP Negeri 195 Jakarta pada masa pandemi covid-19, artinya semakin tinggi tingkat persepsi *authoritative parenting* atau keterlibatan orang tua semakin rendah tingkat kecenderungan *nomophobia*, dan terdapat hubungan dengan arah signifikan antara kesepian dan persepsi *authoritative parenting* dengan kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMP Negeri 195 Jakarta, artinya semakin tinggi tingkat kesepian semakin tinggi kecenderungan *nomophobia* dan semakin tinggi persepsi *authoritative parenting* semakin rendah tingkat kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMP Negeri 195 Jakarta. Persamaan pada penelitian ini adalah pada variabel yaitu *nomophobia*, jenis penelitian yang digunakan (kuantitatif) dan juga metode pengumpulan data menggunakan skala, dan juga jumlah variabel yang digunakan yaitu 2 variabel bebas dan 1 variabel terikat. Sedangkan untuk perbedaannya terdapat pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi pengambilan data, penelitian Apriliyani dan Indrawati (2023) menggunakan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Ketujuh penelitian Chairunisa dan Sovitriana (2018) yang berjudul “Konformitas dan Dukungan Orang Tua dengan Konsep Diri pada Mahasiswa

X di Bekasi.” Merupakan penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *incidental non random sampling* dengan populasi 260 siswa dan diambil sampel 155 siswa. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *Product Moment Pearson* dalam program *spss 23 for windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa analisis data dengan menggunakan regresi diperoleh nilai R sebesar 0,549 yang berarti ada hubungan signifikan antara konformitas dan dukungan orang tua dengan konsep diri. Analisis data variabel konformitas dengan konsep diri diperoleh nilai koefisien korelasi  $r = 0,504$  yang berarti ada hubungan ke arah positif antara konformitas dengan konsep diri. Analisis data variabel dukungan orang tua dengan konsep diri diperoleh nilai koefisien korelasi  $r = 0,431$  yang berarti ada hubungan ke arah positif antara dukungan orang tua dengan konsep diri. Persamaan pada penelitian ini adalah pada variabel yaitu konsep diri, jenis penelitian yang digunakan (kuantitatif), metode pengumpulan data menggunakan skala, dan juga pada jumlah variabel yang digunakan yaitu dua variabel bebas dan satu variabel terikat. Sedangkan untuk perbedaannya terdapat pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi pengambilan data, penelitian Chairunisa dan Sovitriana (2018) menggunakan teknik pengambilan sampel *incidental non random sampling*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan,

yaitu terletak pada jenis penelitian dan metode pengambilan data yang digunakan. Sedangkan untuk perbedaan pada ketujuh penelitian sebelumnya dengan penelitian ini terletak pada penggunaan subjek, dimana subjek yang digunakan kebanyakan menggunakan subjek SD,SMP dan mahasiswa serta berada pada rentang usia remaja awal atau dewasa awal tidak hanya usia remaja saja. Selain itu belum terdapat penelitian yang mencakup tiga variabel sekaligus yaitu pola asuh permisif, konsep diri dan kecenderungan perilaku *nomophobia* ke dalam satu penelitian, sehingga penulis memutuskan menggunakan judul “Pengaruh Pola Asuh Permisif dan Konsep Diri terhadap Kecenderungan Perilaku Nomophobia pada Siswa SMANegeri 1 Kendal” dalam penelitian ini.

**Tabel 1.** Keaslian Penelitian

No.	Peneliti (Tahun)	Judul	Persamaan	Perbedaan
	Nur Rosalia Febriarta (2018)	Hubungan Konsep Diri Pengguna Gadget dengan Kecenderungan Perilaku Nomophobia Pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.	Persamaan pada penelitian ini adalah pada variabel yaitu konsep diri dan <i>nomophobia</i> , jenis penelitian yang digunakan (kuantitatif) dan juga metode pengumpulan data menggunakan skala.	perbedaannya terdapat pada variabel yang digunakan, pada penelitian ini menggunakan 1 variabel bebas sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan 2 variabel bebas, dimana konsep diri menjadi variabel bebas dua dan <i>nomophobia</i> menjadi variabel terikatnya. Selanjutnya pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi pengambilan data, penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel <i>proportional sampling</i> , sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> .
	Siti Muyana dan Dian Ari W. (2018)	The Influence of Permissive Parenting Towards Nomophobia in Elementary	Persamaan pada penelitian ini adalah pada variabel bebas (pengasuhan permisif) dan variabel terikat ( <i>nomophobia</i> ) dan	perbedaannya terletak pada letak variabel yang digunakan, dimana pada penelitian ini menggunakan satu variabel bebas (pengasuhan

		School Students	juga metode pengumpulan data menggunakan skala	permisif) sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan dua variabel bebas yaitu pola asuh permisif sebagai variabel bebas satu dan <i>nomophobia</i> sebagai variabel terikat. Selanjutnya pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi pengambilan data.
	Dian Novita Maryani, dkk., (2021)	Hubungan antara Harga Diri dan Nomophobia pada Mahasiswa	Persamaan pada penelitian ini adalah pada variabel yaitu <i>nomophobia</i> , jenis penelitian yang digunakan (kuantitatif) dan juga metode pengumpulan data menggunakan skala	Perbedaannya terdapat pada variabel yang digunakan, pada penelitian ini menggunakan 1 variabel bebas sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan 2 variabel bebas. Selanjutnya pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi pengambilan data, penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel <i>insidental sampling</i> , sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> .

	<p>Ramaita, Armaita dan Pringga Vandelis (2019)</p>	<p>Hubungan Ketergantungan Smartphone dengan Kecemasan (Nomophobia)</p>	<p>Persamaan pada penelitian ini terletak pada variabel yang digunakan (nomophobia)</p>	<p>Perbedaannya terdapat pada variabel yang digunakan, dimana dalam penelitian ini variabel <i>nomophobia</i> digunakan sebagai variabel bebas, sementara pada penelitian yang akan dilakukan variabel <i>nomophobia</i> digunakan sebagai variabel terikat. Selanjutnya pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi pengambilan data, penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel <i>simple random sampling</i>, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik <i>purposive sampling</i>, subjek yang digunakan adalah mahasiswa sementara dalam penelitian yang akan dilakukan subjek yang digunakan siswa SMA.</p>
	<p>Dyah Ayu P, Widodo Sarjana, dan Titis Hadiati (2018)</p>	<p>Hubungan Ketergantungan Smartphone Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa</p>	<p>Persamaan pada penelitian ini adalah pada variabel yaitu ketergantungan smartphone (<i>nomophobia</i>) dan</p>	<p>Perbedaannya terdapat pada variabel yang digunakan, pada penelitian ini menggunakan 1 variabel bebas</p>

		Fakultas Diponegoro	juga metode pengumpulan data menggunakan skala	sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan 2 variabel bebas. Selanjutnya pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi pengambilan data, penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel <i>total sampling</i> , sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> . Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah belah lintang ( <i>cross sectional</i> ), sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode kuantitatif.
	Angelika Apriliyani dan Erdina Indrawati (2023)	Hubungan Kesepian dan Persepsi <i>Authoritative Parenting</i> dengan Kecenderungan <i>Nomophobia</i> Siswa SMPN 195 Jakarta Saat Covid-19	Persamaan pada penelitian ini adalah pada variabel yaitu <i>nomophobia</i> , jenis penelitian yang digunakan (kuantitatif) dan juga metode pengumpulan data menggunakan skala, dan juga jumlah variabel yang digunakan yaitu 2 variabel	Perbedaannya terdapat pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi pengambilan data, penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel <i>simple random sampling</i> , sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> .

			bebas dan 1 variabel terikat.	
	Syarifa Chairunisa, dkk., (2018)	Konformitas dan Dukungan Orang Tua Dengan Konsep Diri Pada Mahasiswa X Di Bekasi	Persamaan pada penelitian ini adalah pada variabel yaitu konsep diri, jenis penelitian yang digunakan (kuantitatif), metode pengumpulan data menggunakan skala, dan juga pada jumlah variabel yang digunakan yaitu dua variabel bebas dan satu variabel terikat.	Perbedaannya terdapat pada teknik pengambilan sampel, subjek, serta lokasi pengambilan data, penelitian Syarifa Chairunisa dkk (2018) menggunakan teknik pengambilan sampel <i>incidental non random sampling</i> , sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> .

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. *Nomophobia*

##### 1. Pengertian *Nomophobia*

*Nomophobia* atau *no mobile phone phobia* merupakan istilah untuk menunjukkan perasaan berlebihan yang berwujud ketidaknyamanan, kecemasan, dan kegelisahan ketika individu berada jauh dari ponsel atau komputer (King dkk., 2010: 52). Dalam sebuah penelitian oleh Berkshire The UK Post Office pada tahun 2008 yang dimuat pada laman SecurEnvoy (2012) istilah *nomophobia* untuk pertama kalinya diperkenalkan sebagai upaya pengkajian lebih lanjut mengenai kecemasan yang dialami pengguna mobile phone atau *smartphone* (Yildirim, 2014:6). Perasaan cemas ketika berjauhan dengan *smartphone* ini seringkali dialami oleh remaja (siswa) karena keinginan untuk selalu terhubung dengan internet dan media sosial (Rahayuningrum & Sary, 2019:36).

Yildirim dan Correia (2015: 131) menjelaskan *nomophobia* sebagai suatu kondisi yang umumnya dialami oleh individu dengan rentang usia 18-24 tahun karena merasakan kenyamanan tanpa batas yang diberikan *smartphone*, bukan hanya untuk menerima pesan dan panggilan tetapi lebih dari itu seperti memeriksa dan mengirim email, membuat jadwal kegiatan sehari-hari, menjelajah internet, *e-commerce*, media sosial, dan lain sebagainya. *Nomophobia* merupakan suatu perasaan takut pada individu jika tidak dapat menggunakan *smartphone* beserta layanan yang disediakan, dimana layanan tersebut mengacu pada perasaan takut saat tidak dapat

berkomunikasi, kehilangan sinyal dan jaringan, tidak dapat mengakses informasi, dan menyerah pada kenyamanan yang disediakan *smartphone* (Yildirim & Correia, 2015: 136).

Sementara menurut Aguilera-Manrique dkk. (2018: 2) *nomophobia* adalah perasaan cemas yang dirasakan individu jika berada jauh dari *smartphonenya*, kehabisan baterai, dan tidak mendapatkan koneksi hingga menyebabkan timbulnya ketidakstabilan emosi, agresivitas, sulit berkonsentrasi, depresi, bahkan gangguan kompulsif yang dapat mempengaruhi kesehatan psikologis penggunanya. Adiksi ini timbul karena individu merasakan kenyamanan dan ketergantungan terhadap *smartphonenya*, serta merasa puas dan menempatkan *smartphone* menjadi suatu hal yang wajib untuk menunjang aktivitas sehari-hari. Sedangkan menurut Jilisha, dkk. (2019: 542) *nomophobia* merujuk pada kecemasan, kegugupan, ketidaknyamanan, atau kesedihan sebagai akibat dari tidak adanya kontak dengan *smartphone* miliknya sehingga terjadi peningkatan intensitas individu terpapar layar *smartphone*. Hal ini dilakukan karena *smartphone* sudah menjadi penunjang kebutuhan sehari-hari seperti menelepon, mengirim pesan, melakukan transaksi online dan lain sebagainya yang tanpa sadar memicu timbulnya masalah kesehatan terutama sakit kepala dan mata lelah.

Sedangkan Ramaita dkk., (2019: 90) menjelaskan bahwa *nomophobia* merupakan suatu kondisi dimana individu merasa cemas, gelisah, dan stress

jika dijauhkan dari *smartphone* sehingga dapat menimbulkan ketergantungan dan akan mempengaruhi kualitas kesehatan.

Berdasarkan definisi *nomophobia* menurut beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *nomophobia* merupakan kondisi yang dialami individu ketika berada jauh dari *smartphonenya* yang menyebabkan hadirnya perasaan cemas, takut, khawatir, gugup dan ketidaknyamanan lainnya hingga menimbulkan hadirnya perilaku kompulsif.

## **2. Faktor-Faktor *Nomophobia***

Menurut Agusta (2016: 90–93) membagi faktor *nomophobia* menjadi empat yaitu:

### **1. Faktor Internal**

Faktor internal merupakan faktor *nomophobia* yang ada dalam diri individu itu sendiri. Dimana faktor ini menggambarkan karakteristik dari masing-masing diri individu. Terdapat tiga aspek yang mempengaruhi faktor internal yaitu:

#### **a. Kontrol diri yang rendah**

Ketika individu sedang mencapai puncaknya untuk melakukan suatu hal, akan tetapi individu tersebut memiliki kontrol diri yang rendah maka ia akan kesulitan untuk mengatur, mengarahkan, dan mengendalikan tingkah lakunya (Aviyah & Farid, 2014: 127). Jika individu tidak dapat mengontrol diri dalam bermain *smartphone* maka akan muncul masalah gangguan baru berupa adiksi (*nomophobia*) (Febriarta, 2018: 7). Sementara secara tidak

langsung penggunaan *smartphone* dapat menjadi tolak ukur eksistensi individu dalam kelompoknya. Hal ini karena beragam fitur yang tersaji di dalam *smartphone* menjadi sebuah faktor perwakilan konsep diri dari individu tersebut. Dimana jika individu tidak dapat menggunakan *smartphone* secara maksimal maka dirinya merasa gagal, malu, terisolir, dan gangguan psikologis (emosional) lainnya. Kepribadian anak akhirnya selalu ingin terlihat lebih dari teman-temannya dengan cara mengikuti trend yang ada (Putri, 2023: 11).

b. *Sensation seeking*

*Sensation seeking* merupakan sifat yang ditandai dengan beragam kebutuhan sensasi dan pengalaman baru, keinginan untuk mengambil resiko yang luar biasa dan kompleks, baik secara fisik, hukum, sosial, maupun finansial (Nugroho, 2014: 25). Sementara penelitian yang dilakukan Heni (2013: 4) menyatakan bahwa ketika individu memiliki tingkat *sensation seeking* yang tinggi maka dapat mempengaruhi individu tersebut untuk kecanduan menggunakan *smartphone* dan kesulitan untuk mengontrol dirinya. Hal ini karena *sensation seeking* menimbulkan perilaku konsumtif yang menyebabkan individu terus menerus berkeinginan untuk mengakses *smartphone*.

c. Rendahnya *self esteem*

*Self esteem* adalah perasaan berharga yang tercermin dalam setiap sikap masing-masing individu sebagai upaya untuk menilai dirinya sendiri (Kissela dkk., 2021: 6). Penilaian tersebut dapat berbentuk sikap mengapresiasi, menghargai, serta menyukai dirinya sendiri. Pandangan inilah yang melatar belakangi individu dalam memenuhi kebutuhannya. Rendahnya keberhargaan diri dapat terlihat ketika individu menyajikan tidak sesuai dengan realitanya mengenai dirinya di sosial media, karena individu tersebut mengamati model sebagai suatu standar penilaian diri. Dimana atas dasar penilaian yang belum tentu sesuai dengan individu inilah yang akhirnya menimbulkan rasa tidak percaya diri, merasa gagal, dan ingin menjadi seperti mereka yang dianggap sesuai. Oleh karenanya hal ini menjadi penyebab individu dapat mengalami *nomophobia* karena ingin terus menerus mengakses internet dan *smartphone* untuk mendapatkan penilaian yang individu tersebut inginkan (Kissela dkk., 2021: 8–9).

2. Faktor Situasional

Faktor situasional merupakan kenyamanan yang dirasakan individu ketika menggunakan *smartphone* baik saat sendiri maupun berkelompok. Dimana menurut penelitian Agusta (2016: 91) ketika individu merasakan ketidaknyamanan dalam dirinya (memiliki masalah) maka individu tersebut akan mulai menggunakan *smartphone*

sebagai upaya untuk memperoleh kenyamanan, dengan kata lain faktor situasional berkaitan dengan aspek situasi psikologis individu saat menggunakan *smartphone*, seperti kecemasan, sensitivitas, depresi. Simptom psikologis inilah yang kemudian menyebabkan individu mengalami kecanduan *smartphone* (*nomophobia*).

### 3. Faktor Eksternal

Faktor eksternal atau faktor yang berasal dari luar diri individu berkaitan dengan bagaimana media mempengaruhi individu untuk berperilaku impulsif yang didasari keinginan secara tiba-tiba tanpa pertimbangan berupa pembelian *smartphone* untuk mendapatkan fitur dan fasilitas yang lebih baik sesuai dengan kualitas *smartphone* yang semakin mumpuni (Agusta, 2016: 92). Sementara menurut Heni (2013: 4–5) selain media, teman sebaya juga turut andil untuk mempengaruhi individu dalam menggunakan *smartphone* secara berlebihan. Dimana individu yang banyak berinteraksi dengan individu lainnya maka cenderung memiliki minat yang tinggi untuk membeli atau mengganti *smartphone* tanpa adanya pertimbangan terlebih dahulu. Pola asuh orang tua juga mempengaruhi kecanduan *smartphone* pada anak selain media dan teman sebaya, apalagi jika anak mengalami kesepian, kurang cinta, perhatian, dan kasih sayang dari orang tua ditambah dengan orang tua mengabaikan anaknya saat sibuk dan kurang memahami bahaya *smartphone* (Putri, 2023: 10).

#### 4. Faktor Sosial

Faktor sosial berhubungan dengan adanya kebutuhan individu dalam berinteraksi sosial dengan individu lainnya. Ameliola dan Nugraha (2013: 365) menjelaskan bahwa interaksi sosial melalui *smartphone* akan membentuk sebuah pola interaksi baru. Dimana siswa yang tidak dapat lepas dari *smartphone* membuat komunikasi menjadi tidak memiliki batasan waktu yang pasti. Siswa cenderung lebih asik dengan *smartphonenya* dibanding berinteraksi dengan individu yang ada di dekatnya, seperti halnya saat sedang berjalan siswa yang memainkan *smartphonenya* menunduk dan tidak menghiraukan lingkungan sekitarnya. Hal ini lah yang akhirnya membuat kualitas komunikasi secara tatap muka antar individu menjadi menurun karena *smartphone* dianggap lebih efisien, praktis, dan cepat untuk berkomunikasi hingga akhirnya berpengaruh menyebabkan kecanduan menggunakan *smartphone*.

Menurut Bianchi dan Philip. (2005: 40–42) *nomophobia* dapat terjadi pada individu karena dipengaruhi oleh beberapa faktor berikut:

##### 1. Jenis Kelamin

Menurut Bianchi dan Philip (2005: 40) dibandingkan wanita, laki-laki lebih mungkin untuk mengalami masalah dalam penggunaan teknologi seperti komputer dan *smartphone*, karena perbedaan gender menjadi salah satu dasar dari kemampuan sosialisasi dan akses teknologi. Dimana laki-laki cenderung menggunakan *smartphone* dan computer

untuk berbisnis, sementara wanita lebih banyak untuk bersosialisasi (Bianchi dan Philip., 2005: 48–49).

## 2. Usia

Bianchi dan Philip (2005: 48) menyebut bahwa individu dengan usia muda cenderung lebih mudah menerima dan menerapkan perkembangan teknologi dibanding individu dengan usia yang lebih tua.

## 3. Harga Diri

Harga diri berkaitan dengan identitas dan pandangan individu guna mempertahankan dan mengontrol dirinya sendiri (Bianchi dan Philip., 2005: 40–41). Semakin buruk pandangan individu terhadap dirinya sendiri, maka akan semakin tinggi dalam mencari kepastian (Delianty, 2020: 19). Kepastian tersebut dapat diperoleh dari interaksi individu dengan orang lain, tidak terkecuali interaksi melalui *smartphone*. Individu yang harga dirinya rendah akan memunculkan perilaku tertentu yang dapat menggeser kesadaran diri termasuk kecanduan *smartphone*. Dimana *smartphone* ini menjadi pelarian dan pelampiasan individu dari ketidaknyamanan dan ketidaksukaan tentang dirinya.

## 4. Ekstraversi

Individu yang ekstraversi cenderung impulsif, suka mengambil resiko, sangat membutuhkan kegembiraan, dan suka mencari sensasi (Hidayatullah, 2020: 28). Tipe individu dengan kepribadian ekstraversi ini cenderung mencari situasi sosial sebagai wadah mengekspresikan

diri secara luas sehingga berpotensi untuk mengalami adiksi *smartphone* atau *nomophobia* (Aurelia & Yuninda Tria Ningsih, 2021: 53).

#### 5. Neurotisme

Neurotisme muncul ketika individu memiliki harga diri yang rendah (Delianty, 2020: 20). Dimana individu yang mengalami neurotisme cenderung kesulitan mengontrol emosinya ketika dihadapkan pada suatu tekanan, stress, dan kesemasan.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *nomophobia* antara lain faktor yang berasal dari dalam diri seperti kontrol diri yang rendah, *sensation seeking*, rendahnya *self esteem*, jenis kelamin, usia, ekstraversi, dan neurotisme. Sedangkan faktor luar diri seperti pengaruh media dan tuntutan teman sebaya. Kemudian ada juga faktor situasional, dan faktor sosial.

### 3. Aspek-aspek *Nomophobia*

Menurut Yildirim (2014: 40–55) ada empat aspek *nomophobia* yaitu:

#### a. *Not being able to communicate* (tidak bisa berkomunikasi)

Perasaan takut individu ketika kehilangan komunikasi dengan individu lainnya serta tidak dapat menggunakan layanan pada *smartphone* untuk berkomunikasi secara cepat dan instan.

b. *Losing connections* (kehilangan sinyal atau jaringan)

Berkaitan dengan perasaan individu ketika kehilangan konektivitas karena menganggap konektivitas sangat penting agar tetap dapat terhubung dengan individu lain.

c. *Not being able to access information* (tidak dapat mengakses informasi)

Berkaitan dengan ketidaknyamanan yang dialami individu ketika tidak dapat mengambil dan mendapatkan informasi melalui *smartphone* hingga menimbulkan kepanikan dan kecemasan.

d. *Giving up convenience* (ketakutan dan menyerah pada kenyamanan)

Berhubungan dengan perasaan individu yang ingin memanfaatkan fitur dan fasilitas *smartphone* secara terus menerus. Dimana ketika idividu tidak mendapatkannya maka akan merasa gelisah dan tidak nyaman.

Pada penelitian Bragazzi dan Del Puente, (2014: 156–157) menyatakan bahwa terdapat 6 ciri individu yang mengalami *nomophobia*, antara lain:

a. Menggunakan banyak waktu untuk secara terus menerus menggunakan *smartphone*, selalu membawa charger kemanapun, dan memiliki satu atau lebih *smartphone*.

b. Merasa gelisah dan cemas saat tidak memegang *smartphone*, merasa tidak nyaman ketika mengalami kehabisan baterai dan gangguan pada jaringan, serta menghindari tempat yang terdapat larangan tidak boleh menggunakan *smartphone*.

c. Individu secara terus menerus melihat layar smartpone untuk memeriksa pesan atau panggilan masuk.

- d. Menghidupkan *smartphone* selama 24 jam dan meletakkannya di atas kasur saat tidur.
- e. Kurang berinteraksi secara tatap muka dengan lingkungan sekitarnya.
- f. Mengeluarkan biaya yang besar untuk kebutuhan penunjang *smartphone*.

Menurut Kwon dkk., (2013: 2) terdapat enam aspek *nomophobia*, antara lain:

- a. *Daily life disturbance* (gangguan kehidupan sehari-hari)

Kondisi dimana pengguna *smartphone* kesulitan dalam berkonsentrasi karena terus memikirkan *smartphonenya* hingga meninggalkan pekerjaan yang seharusnya dikerjakan. Dimana pengguna *smartphone* yang terlalu banyak mengakses *smartphone* akan mengakibatkan timbulnya rasa sakit kepala, sakit di pergelangan tangan, dan sakit leher (Purwanto dkk., 2023: 39).

- b. *Positive anticipation* (antisipasi positif)

Berkaitan dengan rasa semangat dari dalam diri individu untuk menjadikan *smartphone* sebagai sarana penghilang stress. Dimana jika tidak mengakses *smartphone* individu tersebut merasa hampa karena *smartphone* tidak hanya digunakan sebagai alat komunikasi, akan tetapi lebih dari itu seperti mengurangi kelelahan, mengurangi kecemasan, membuat senang dan memberi rasa aman saat sendirian.

c. *Withdrawal* (penarikan diri)

Berhubungan dengan kondisi individu ketika tidak dapat mentoleransi keadaan tanpa *smartphone* seperti merasa tidak sabar, resah, dan terus menerus memikirkan *smartphone* tersebut meskipun sedang tidak digunakan. Penarikan diri juga dapat terlihat ketika individu diganggu saat menggunakan *smartphone*, kemudian individu tersebut mengalami perubahan emosional seperti marah.

d. *Cyberspace oriented relationship* (berorientasi dunia maya)

Kondisi dimana individu merasa pertemanan di dunia maya lebih baik dan erat dibanding di kehidupan nyata. Hal ini menyebabkan timbulnya perasaan kehilangan yang tidak terkendali saat individu tidak dapat mengakses *smartphone*, sehingga membuat individu ini memeriksa *smartphonenya* secara terus menerus.

e. *Overuse* (penggunaan berlebihan)

Berkaitan dengan penggunaan *smartphone* secara berlebih atau tanpa terkendali hingga menyebabkan individu lebih percaya meminta bantuan melalui *smartphone* dibanding individu lain. Penggunaan *smartphone* secara berlebihan juga tercermin saat individu selalu mempersiapkan pengisi daya dan membawanya kemanapun individu tersebut pergi karena merasa terdorong untuk terus menggunakan *smartphone*.

f. *Tolerance* (toleransi)

*Kondisi* saat dimana individu gagal dalam pengendalian diri untuk tidak menggunakan *smartphone* secara terus menerus.

Berdasarkan pendapat ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini peneliti menggunakan aspek-aspek *nomophobia* menurut Yildirim (2014: 40–55) karena aspek yang dijabarkan dianggap lebih mampu untuk menggambarkan *nomophobia* dengan lebih baik. Aspek tersebut meliputi tidak bisa berkomunikasi, kehilangan sinyal atau jaringan, tidak dapat mengakses informasi, serta ketakutan dan menyerah pada kenyamanan karena aspek yang dijabarkan dianggap lebih mampu untuk menggambarkan *nomophobia* dengan lebih baik.

#### **4. Dampak-dampak *Nomophobia***

Tingginya intensitas penggunaan *smartphone* membuat individu beresiko tinggi mengalami *nomophobia*. Bragazzi dan Del Puente (2014: 157) dalam penelitiannya menyebutkan beberapa dampak dari *nomophobia* yaitu mengalami kesepian, kegelisahan, kecemasan, kesedihan, panik, gemetar, berkeringat dan ketakutan ketika dipisahkan atau tidak dapat menjangkau dan mengakses *smartphone* miliknya. Selain itu, pengidap *nomophobia* juga dapat mengalami gangguan makan, kecanduan narkoba, serta perilaku kompulsif lainnya (belanja, perjudian). Ketika tingginya intensitas mengakses *smartphone* tidak diimbangi dengan kontrol yang baik baik dari diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya, maka akan menimbulkan permasalahan kesehatan seperti buruknya kualitas tidur

karena waktu yang seharusnya digunakan untuk beristirahat justru malah dialihkan untuk mengakses *smartphone*, penglihatan kabur, sulit konsentrasi, sakit kepala, dan sakit leher (Pandey dkk., 2019: 26).

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa ketika individu tidak memiliki kontrol yang baik dalam mengelola waktu penggunaan *smartphone*, maka individu tersebut akan mengalami *nomophobia* yang kemudian akan berdampak pada terganggunya kesehatan fisik dan psikis penggunanya seperti kesulitan tidur, sakit kepala, penglihatan kabur, kesulitan berkonsentrasi, kecemasan, kegelisahan, dan kesepian.

##### **5. *Nomophobia* dalam Perspektif Islam**

Perkembangan teknologi di era digital seperti sekarang ini menghasilkan pola komunikasi baru berupa komunikasi virtual yang berimbas pada munculnya gangguan masyarakat digital dalam wujud rasa gugup, sedih, tidak nyaman sebagai akibat dari tidak adanya kontak dengan ponsel maupun komputer atau biasa disebut dengan istilah *nomophobia*, bahkan *nomophobia* bisa menyebabkan gangguan fisik yang salah satunya berupa menurunnya kesehatan fisik karena tidak mengenal waktu saat mengakses *smartphone* (Bragazzi dan Del Puente, 2014: 156). Akan tetapi pada dasarnya *smartphone* memegang peranan penting dalam hal penghematan waktu, biaya, dan transportasi. Dalam hal ini Islam berpandangan bahwa penggunaan *smartphone* tidak dilarang selama tidak bernilai mudharat untuk penggunanya (Rusnali, 2019: 5).

Di dalam Al-Qur'an Allah SWT telah mengatur segala sesuatu yang terjadi dalam kehidupan tidak terkecuali tentang pentingnya pengendalian diri agar tidak menggunakan *smartphone* secara terus-menerus (*nomophobia*). Allah berfirman dalam QS. Al-Asr Ayat 1-3 yang berbunyi:

وَالْعَصْرِ ۝١  
إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ۝٢  
إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَا  
صَتُوا بِالْحَقِّ ۝٥ وَتَوَا صَتُوا بِالصَّبْرِ ۝٣

Artinya: “Demi masa, sesungguhnya manusia benar-benar berada dalam kerugian. Kecuali orang-orang yang beriman dan beramal shalih, serta saling menasehati untuk kebenaran dan kesabaran.” (Qur'an Kemenag, 2022).

Menurut Tafsir Ibnu Katsir yang ditahqiq oleh Abdullah bin Muhammad bin Abdurahman bin Ishaq Al-Sheikh *Al-'Ashr* berarti masa yang di dalamnya terdapat berbagai aktivitas anak cucu Adam berlangsung, baik dalam wujud kebaikan maupun keburukan. Dengan demikian, Allah Ta'ala telah bersumpah dengan masa tersebut bahwa manusia itu dalam kerugian, yakni benar-benar merugi dan binasa kecuali orang-orang yang beriman, mengerjakan amal shalih, dan senantiasa bersabar atas segala macam cobaan, takdir, serta gangguan yang ada

Jika ditelisik dari tafsir tersebut, ayat pertama surah Al'Ashr menggambarkan mengenai pentingnya individu untuk menghargai waktu. Apabila dikaitkan dengan *nomophobia* sebagai suatu bentuk kecanduan

pada *smartphone* karena tidak adanya kontrol dan menjadi upaya untuk memenuhi kepuasan, yang jika hal tersebut dilakukan dalam jangka waktu yang panjang maka akan merusak akal, mental, dan membuang waktu secara sia-sia. Hal ini juga sejalan dengan penuturan Pangestuti dan Janah (2023: 28) agama islam sangat menganjurkan kaum muslimin untuk senantiasa mengisi waktu luang dengan hal-hal yang bermanfaat dan tidak menuruti semua hawa nafsu yang dimilikinya.

Pembahasan mengenai nikmat waktu luang ini juga dijelaskan dalam HR. Bukhari no. 6412 dari Ibnu Abbas. Di mana hadits tersebut menjelaskan bahwa terdapat dua kenikmatan yang membuat manusia tertipu yaitu nikmat sehat yang mendukung manusia untuk beraktivitas dengan nyaman mulai dari bangun tidur hingga sebelum tidur dan yang kedua adalah nikmat waktu luang. Waktu bagaikan anak panah yang lepas dari busurnya yang tidak mungkin mundur, kembali, dan diambil walau hanya sedetik (Dzikrullah Ahmad, 2021: 21). Jika ditelaah secara lebih mendalam, waktu menjadi suatu bentuk manajemen yang penting untuk mengatur kehidupan agar tertata dengan sistematis dan teorganisir dengan baik. Di mana pemanfaatan waktu yang baik dengan menggunakan kegiatan yang bermanfaat akan mengurangi kecanduan dalam mengakses *smartphone* (*nomophobia*).

Berdasarkan ayat dan hadits di atas dapat disimpulkan bahwa individu perlu berhati-hati dalam pemanfaatan waktu luang di kehidupan sehari-harinya agar tidak tersesat pada hal yang mudharat seperti kecanduan

*smartphone (nomophobia)* akibat keinginannya untuk memenuhi hawa nafsu yang akhirnya menimbulkan rasa ketidaknyamanan ketika kehilangan kesempatan untuk mengakses *smartphone*.

## **B. Pola Asuh Permisif**

### **1. Pengertian Pola Asuh Permisif**

Pola asuh berasal dari dua suku kata yaitu pola dan asuh. Menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) “pola” berarti model, cara kerja, atau sistem (KBBI,1988: 54), sedangkan “asuh” berarti merawat, menjaga, mendidik, membimbing, dan sebagainya (KBBI,1988: 692). Pola asuh merupakan sekumpulan sikap dan perilaku orang tua yang ditentukan oleh pola kontrol atau penuntutan, kualitas respon, daya tanggap, hukuman, kedisiplinan dan kehangatan dengan tujuan untuk mengontrol perilaku anaknya (Power, 2013:16). Di mana menurut Bornstein dkk., (2017: 4) pengasuhan yang baik adalah pengasuhan yang melibatkan kehangatan dan perhatian pada anak. Namun, disamping berkewajiban untuk memberi perhatian kepada anak, orang tua juga berperan penting dalam membentuk tingkah laku dan moral anak melalui penerapan pola asuh dalam keluarga. Salah satu pola asuh yang diterapkan yaitu pola asuh permisif.

Permisif merupakan gaya asuhan orang tua yang didalamnya terdapat kontrol yang sangat longgar dengan menekankan ekspresi diri dan regulasi diri untuk anak, dimana anak tidak pernah diberikan hukuman dan hadiah karena semua keputusan di serahkan kepada anak, orang tua bersikap cuek dan tidak peduli, serta pendidikan bersifat bebas (Baumrind, 2011: 889–

890). Baumrind dalam (Santrock, 2011: 536) membagi pola asuh permisif menjadi dua yaitu *permissive indifferent* dan *permissive indulgent*. *Permissive indifferent* merupakan bentuk pola asuh membiarkan di mana orang tua sangat tidak terlibat dalam menentukan kehidupan anak, pengasuhan dengan tipe ini dihubungkan dengan kurangnya kompetensi sosial pada anak, khususnya kurangnya kendali terhadap dirinya. Sementara *permissive indulgent* merupakan gaya asuhan di mana orang tua sangat terlibat pada kehidupan anak dengan menetapkan sedikit kontrol atau kendali dan membiarkan anak bebas melakukan apapun yang diinginkan. Di antara kedua jenis pola asuh permisif tersebut peneliti berfokus pada penggunaan pola asuh *permissive indifferent*.

Orang tua yang menerapkan pola asuh permisif *indifferent* di kemudian hari akan berakibat pada anak yang akan mengalami kesulitan untuk mengendalikan perilaku mereka (McGregor, 2017: 171). Hal ini selaras dengan pernyataan yang dikemukakan oleh Hurlock (1997: 99) jika anak pada masa bayinya dibisakan bergantung pada mainan yang dimilikinya untuk hiburan, maka nantinya anak ini akan menjadi kurang mampu bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian Donath dkk., (2014: 9–10) anak-anak yang mengalami penolakan dan pengabaian dari orang tua tanpa adanya pertimbangan perasaan anak, maka perkembangan selanjutnya akan menghadapi resiko yang membahayakan diri seperti penggunaan

narkoba, sabu-sabu, alkohol, dan melakukan pelecehan pada individu lain.

Sementara menurut Santrock (2011: 257) orang tua yang menerapkan pola asuh permisif akan selalu memantau semua keinginan anak karena pada dasarnya orang tua dengan gaya pengasuhan ini berpandangan bahwa setiap manusia yang dilahirkan memiliki kebutuhan dasar pribadi yang harus dipenuhi. Bahkan ketika orang tua membuat sebuah aturan namun anaknya tidak menyetujui, maka orang tua cenderung akan mengalah untuk mengikuti kemauan anak-anaknya (Pratt dkk., 2004: 141). Namun, penerapan pola asuh ini justru akan membuat anak menjadi kesulitan untuk menghormati orang lain dan mengendalikan tingkah lakunya karena anak cenderung akan mendominasi, egosentris, kesulitan berhubungan dengan teman sebaya, dan tidak menaati peraturan (Arifin, 2019: 21).

Berdasarkan pemaparan para tokoh di atas, maka pola asuh permisif-*indifferent* adalah gaya pengasuhan berupa interaksi yang membebaskan anak melakukan apapun yang diinginkan, longgarnya kontrol terhadap aturan, serta semua keputusan diserahkan kepada anak sehingga menimbulkan kesulitan pengendalian tingkah laku pada diri anak tersebut.

## **2. Faktor-faktor Pola Asuh Permisif**

Menurut Arsyad (2020: 84-87) ada beberapa faktor yang mempengaruhi pemilihan pola asuh dalam keluarga antara lain:

1. Faktor Internal (Faktor dari Dalam)

a. Keturunan atau Hereditas

Keturunan atau hereditas berhubungan dengan warisan dari orang tua kepada anak berupa karakteristik individu yang meliputi potensi fisik maupun psikis serta sifat (watak).

b. Usia Orang Tua

Semakin kecil perbedaan usia orang tua dengan anak maka semakin kecil pula kesenjangan budaya yang ada, sehingga orang tua bisa lebih memahami tentang anaknya.

c. Jenis Kelamin Orang Tua

Umumnya yang terjadi di masyarakat peran ibu (perempuan) cenderung lebih memahami segala hal mengenai anaknya, sedangkan peran ayah (laki-laki) cenderung dituntut agar bisa memenuhi segala materi (uang) untuk kebutuhan anak.

d. Usia Anak

Orang tua cenderung menerapkan pola asuh otoriter dan permisif saat anak masih dalam usia anak-anak, sedangkan saat memasuki usia remaja orang tua cenderung menerapkan pola asuh demokrasi dan situasional.

e. Jenis Kelamin Anak

Orang tua yang memiliki anak perempuan cenderung menerapkan pola asuh yang lebih ketat dibanding dengan orang tua yang memiliki anak laki-laki, karena anak perempuan dianggap membutuhkan pengawasan dan penjagaan lebih besar.

## 2. Faktor Eksternal (Faktor dari Luar)

### a. Budaya

Budaya yang dimaksud dalam hal ini adalah pola pengasuhan berulang yang di dapat orang tua semasa kecil, dimana jika bentuk pengasuhan dirasa tepat digunakan untuk keturunan selanjutnya maka orang tua tersebut cenderung menerapkan pola asuhan yang sama, karena pola tersebut dianggap berhasil untuk mendidik anak.

### b. Pengetahuan Orang Tua

Orang tua dengan tingkat pendidikan lebih tinggi cenderung lebih mampu memahami anaknya seperti kepribadian dan perilaku yang kemudian berpengaruh pada penentuan penerapan pola asuh yang akan digunakan untuk menstimulasi tumbuh kembang anak.

### c. Status Sosial Ekonomi

Orang tua yang berstatus ekonomi lebih tinggi cenderung membebaskan anak untuk mencoba banyak hal dalam rangka mendukung minat, bakat, dan pencarian jati diri dari anak tersebut. Sementara orang tua yang berstatus ekonomi lebih rendah cenderung lebih membatasi dan membiasakan anak bekerja keras untuk mencapai suatu hal yang diinginkan (Nuariningsih dkk., 2023: 39).

d. Lingkungan

Dalam upaya pembentukan karakter anak yang baik, orang tua perlu menyediakan lingkungan yang baik pula, baik lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat (Latifah, 2020: 110).

Sementara menurut Subagia, (2021: 51–67) faktor yang mempengaruhi pola asuh orang tua yaitu:

1. Faktor Internal

a. Insting atau Naluri

Insting merupakan sifat alami dan bawaan sejak lahir yang dapat mendorong terbentuknya tingkah laku sebagai suatu respon terhadap suatu hal, karena setiap perbuatan lahir dari suatu kehendak yang dipicu oleh naluri (insting).

b. Adat atau Kebiasaan (Habit)

Kebiasaan menjadi salah satu faktor penting dalam memilih pola asuh untuk membentuk perilaku anak. Dimana jika habit dalam mendidik anak merupakan habit yang baik maka akan terbentuk karakter yang baik pula pada anak.

c. Kehendak atau Kemauan

Kemauan mendorong individu untuk sungguh-sungguh dalam berperilaku mendidik anak karena dari kemauan ini lah terbentuk niat yang baik atau buruk.

d. Suara Hati atau Suara Batin

Suara hati berfungsi sebagai pengingat ketika tingkah laku individu mulai ke arah yang tidak baik.

e. Keturunan (Hereditas)

Anak cenderung mencontoh perilaku orang tua bahkan nenek moyangnya. Sifat yang diturunkan tersebut ada dua macam yaitu sifat jasmaniah yang berkaitan dengan kuat atau lemahnya otot syaraf orang tua yang diwariskan pada anak, dan sifat rohaniyah yang berkaitan dengan kuat atau lemahnya naluri anak.

2. Faktor Eksternal

a. Pendidikan

Pada hakikatnya setiap individu yang lahir memerlukan pendidikan baik secara langsung ataupun tidak sebagai bekal dalam menjalani kehidupan karena dengan pendidikan maka karakter, etika, dan akhlak anak akan terbentuk.

b. Lingkungan

1. Lingkungan Keluarga

Keluarga merupakan pusat pendidikan yang pertama dan utama. Terjadinya pendidikan dalam keluarga akibat adanya naluri untuk mempertahankan eksistensi keturunan, oleh karenanya setiap individu akan selalu mendidik anak-anaknya dengan sebaik mungkin.

## 2. Lingkungan Sekolah

Sekolah merupakan sarana lanjutan untuk membentuk karakter anak setelah lingkungan keluarga, karena pendidikan tidak cukup hanya berasal dari lingkungan keluarga saja. Lingkungan sekolah yang baik hendaknya yang dapat memahami dan menerima kemampuan anak apa adanya, memahami fase tumbuh kembang anak sesuai usianya, membebaskan anak bereksplorasi tetapi tetap dengan pengawasan, serta mengarahkan anak untuk aktif dan kreatif.

## 3. Lingkungan Masyarakat

Lingkungan masyarakat berguna untuk membentuk karakter sesuai lingkungan tempat tinggalnya dan menunjang kebutuhan interaksi sosial anak. Pengaruh lingkungan sangat besar hingga dapat membentuk kepribadian anak di masa yang akan datang karena melalui interaksi di lingkungan masyarakat, individu dapat memahami makna memanusiakan manusia.

### c. Pengaruh Teknologi

Teknologi memiliki pengaruh yang signifikan untuk kehidupan anak, baik positif maupun negatif. Pengaruh positifnya dapat mempermudah anak ketika belajar, mempermudah mengikuti perkembangan zaman, mempermudah dalam mengakses informasi. Sementara pengaruh negatifnya yaitu anak menjadi

kurang berinteraksi dengan temannya, empatinya menjadi berkurang, mata anak menjadi sakit karena terlalu lama terpapar radiasi, serta menurunnya prestasi akademik akibat kecaduan teknologi.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi orang tua dalam memilih pola asuh yang sesuai untuk anaknya yaitu faktor yang berasal dari dalam diri seperti keturunan, usia orang tua, jenis kelamin orang tua dan anak, usia anak, insting, habit, kehendak dan suara hati. Sementara faktor yang berasal dari luar yaitu budaya, pengetahuan orang tua, status sosial ekonomi, lingkungan, pendidikan, dan pengaruh teknologi.

### **3. Aspek-aspek Pola Asuh Permisif**

Menurut Wijaya dan Rinaldi, (2019: 297) terdapat empat aspek pola asuh permisif yaitu:

- a. Kurangnya bimbingan
- b. Orang tua memberikan hukuman ringan atau tidak sama sekali ketika anak berbuat kesalahan
- c. Orang tua kurang berkuasa dibandingkan dengan anaknya
- d. Anak diberikan kebebasan yang luas

Pada penelitian Arsyad (2020: 76–77) menyatakan bahwa terdapat tujuh ciri-ciri pola asuh permisif-*indifferent* antara lain:

- a. Orang tua memiliki kontrol yang sangat lemah pada anak

- b. Anak diberikan kebebasan untuk merealisasikan dorongan atau keinginannya
- c. Sesuatu yang dianggap benar oleh anak diperbolehkan untuk dilakukan
- d. Tidak ada aturan yang mengikat sehingga hukuman tidak diberikan
- e. Orang tua kurang membimbing
- f. Anak lebih berperan dibanding orang tua
- g. Kurang komunikasi dan kurang tegas

Sementara menurut Baumrind (1991: 128–129) ada empat aspek yang terdapat dalam pola asuh permisif . Keempat aspek tersebut yaitu:

- a. Kontrol terhadap anak kurang (*Parental control*)  
Merupakan sikap menerima dari orang tua kepada anak tanpa adanya pengarahan sehingga menimbulkan rendahnya kedisiplinan pada anak tersebut.
- b. Tidak memberikan hukuman atau hadiah (*Parental nurturance*)  
Orang tua dengan gaya asuhan permisif berusaha untuk tidak menghukum, menerima dan afirmatif pada tindakan anaknya bahkan cenderung memaklumi ketika anak melakukan kesalahan.
- c. Orang tua toleran pada anak (*Parental maturity demands*)  
Aspek ini berkaitan dengan orang tua yang mengkomunikasikan dan melibatkan anak mengenai peraturan keluarga, akan tetapi orang tua tersebut kemudian membebaskan anak dalam melakukan sesuatu dan tidak menuntuk termasuk menuntut untuk dewasa.

d. Kurangnya komunikasi pada anak (*Parent Child Communication*)

Orang tua jarang berkomunikasi secara aktif terhadap anak dan tidak mencampuri urusan anak sedikitpun.

Berdasarkan pendapat ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini peneliti menggunakan aspek-aspek pola asuh permisif menurut Baumrind (1991: 128–129) karena aspek yang dijabarkan dianggap lebih mampu untuk menggambarkan pola asuh permisif *indifferent* dengan lebih baik. Aspek tersebut meliputi kontrol terhadap anak kurang, tidak memberikan hukuman dan hadiah, orang tua toleran pada anak, serta kurangnya komunikasi pada anak.

#### 4. Dampak Pola Asuh Permisif

Pola asuh permisif bersifat *children centered* dengan *acceptance* yang tinggi dan kontrol yang rendah, dimana orang tua mengasuh anak sesuai dengan keinginan anak dan semua keputusan berada di tangan anak (Sunarty, 2016: 154). Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Maimun (2019: 61–62) pengasuhan anak dengan menggunakan gaya permisif berpengaruh di kemudian hari dimana anak menjadi agresif, impulsif, selalu bergantung dengan individu lain, kurang percaya diri, kontrol diri dan harga diri buruk, serta kurang bisa bertanggung jawab. Hal ini sejalan dengan pernyataan Asma Fadhilah dkk., (2021: 98) bahwa pola asuh permisif dapat mempengaruhi perkembangan sosial emosional anak seperti, anak suka memaksakan kehendak meskipun keinginannya tidak tersedia, emosi mudah meledak bahkan sampai menangis dan memukul

bila keinginannya tidak terpenuhi, anak sulit bersosialisasi bahkan dengan teman sebayanya, tidak memiliki rasa empati terhadap sekitar, tidak mau mengalah, dan tidak terbiasa untuk meminta maaf atau egois. Dampak pola asuh permisif ini akan terus menjadi pola hingga membentuk suatu kebiasaan (habit) bagi anak disamping anak menjadi sulit berhadapan dengan lingkungan yang lebih luas diluar lingkungan keluarganya (Asma Fadhillah dkk., 2021: 99).

Berdasarkan pemaparan tersebut di atas maka dapat disimpulkan bahwa penerapan pola asuh permisif pada anak dapat mempengaruhi bentuk perilaku anak di kemudian hari bahkan bisa menjadi suatu kebiasaan untuk anak. Perilaku tersebut seperti agresif, impulsif, selalu bergantung dengan individu lain, kurang percaya diri, kontrol diri buruk, kurang bisa bertanggung jawab, emosi mudah meledak egois, kurang empati, dan cenderung tidak mau mengalah.

## **5. Pola Asuh Permisif dalam Perspektif Islam**

Anak merupakan amanah bagi setiap orang tua untuk dijaga, dilindungi, dan dibimbing agar dapat mandiri di kemudian hari. Orang tua perlu mensyukuri amanah berupa anak yang telah Allah berikan ini dengan menerapkan pola asuhan yang sesuai disamping banyaknya jenis gaya pengasuhan, salah satunya dengan pola asuh permisif. Allah SWT berfirman dalam QS. Maryam ayat 59 yang berbunyi:

فَخَلَفَ مِنْ بَعْدِهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا الصَّلَاةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهْوَاتِ فَسُوفَ نَلْقَوْنَ عَذَابًا ۝٥٩

Artinya: “Kemudian, datanglah sesudah mereka (generasi) pengganti yang mengabaikan sholat dan mengikuti hawa nafsu. Mereka kelak akan tersesat,” (Qur’an Kemenag, 2022)

Berdasarkan Tafsir Ibnu Katsir yang ditahqiq oleh Abdullah bin Muhammad bin Abdurahman bin Ishaq Al-Sheikh menjelaskan bahwa Allah menceritakan tentang golongan orang-orang yang beruntung yaitu para Nabi dan pengikutnya yang menegakkan hukum dan perintah Allah serta menunaikan fardu-fardhu ketentuan Allah dan meninggalkan ancaman-Nya. Di mana apabila kewajiban sholat tersebut disia-siakan, maka kewajiban-kewajiban lain pasti lebih diremehkan dan memilih untuk menuruti kesenangan dan kelezatan dunia, serta merasa tenang di dalamnya (Al Sheikh, 2005: 346).

Ayat ini menunjukkan bahwa dalam upaya pengasuhan anak terdapat pula orang tua yang membiarkan anaknya tidak melakukan sholat dan menuruti nafsunya sendiri. Berdasarkan ayat ini pula secara tersirat orang tua menerapkan pola asuh tipe permisif yang membiarkan anak bertindak sesuai keinginannya dan tidak menuntut serta memberikan arahan apapun termasuk menjalankan ajaran agamanya atau tidak yang akhirnya akan menghasilkan output berupa kesesatan di dunia maupun akhirat kelak (Rusuli, 2021: 81).

Selain QS. Maryam ayat 59 Allah SWT juga berfirman dalam QS. At-Taghabun ayat 15 yang berbunyi:

إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ ١٥

Artinya: “Sesungguhnya hartamu dan anak-anakmu hanyalah cobaan (bagimu). Di sisi Allahlah (ada) pahala yang besar,” (Qur’an Kemenag, 2022).

Berdasarkan Tafsir Ibnu Katsir yang ditahqiq oleh Abdullah bin Muhammad bin Abdurahman bin Ishaq Al-Sheikh ayat tersebut menerangkan bahwa harta dan anak akan menjadi bahan ujian dan cobaan dari Allah agar makhluk-Nya mengetahui siapakah hamba yang taat dan yang durhaka kepada-Nya (Al-sheikh, 2005: 203) . Dalam ayat ini tersirat bahwa sebagian dari anak yang di amnahkan kepada orang tuanya, ada yang menjadi ujian sebab perilaku buruknya. Akan tetapi, diharapkan orang tua tetap membimbing, mengawasi, dan mengarahkan anak agar tidak terjerumus pada hal yang penuh mudharatnya (Rusuli, 2021: 78–79).

Berdasarkan dua ayat di atas dapat terlihat bahwa islam memandang anak sebagai suatu amanah sekaligus ujian yang harus dijalani oleh orang tuanya dengan menerapkan pola asuhan yang diinginkan (pola asuh permisif). Dimana ketika orang tua menerapkan pola asuh permisif, anak cenderung dibiarkan tanpa adanya pengawasan dan pengarahan hingga akhirnya melalaikan kewajiban dan tanggung jawabnya.

## **C. Konsep Diri**

### **1. Pengertian Konsep Diri**

Konsep diri mulai dibicarakan ketika para filsuf mulai penasaran dan bertanya-tanya mengenai apa itu “diri” (Kiling & Kiling, 2015: 116). Di

mana konsep diri memiliki peranan penting dalam membentuk tingkah laku individu yang berdampak pada bagaimana individu tersebut memandang dirinya. Jika individu menganggap dirinya tidak mampu untuk melakukan suatu hal, maka semua perilaku yang ditampakkan akan mencerminkan ketidakmampuan tersebut (Hidayati & Farid, 2016: 139). Muawanah dan Pratiko (2012: 492) menyebutkan bahwa konsep diri merupakan bentuk penilaian remaja mengenai dirinya yang bersifat psikis, fisik, emosional, sosial, prestasi, dan aspirasi. Sementara menurut Yapon, (2013: 211) konsep diri adalah persepsi individu terhadap dirinya yang berkaitan dengan berbagai atribut dan peran yang dimainkannya, di mana ketika konsep diri hanya terbatas pada gambaran diri dan tidak menyertakan penilaian diri maka konsep diri ini tidak dapat digambarkan sebagai positif atau negatif.

Sedangkan Yuniati dkk., (2015: 441) menjelaskan konsep diri sebagai keseluruhan persepsi individu terhadap dirinya yang tidak hanya meliputi persepsi deskriptif, akan tetapi juga penilaian dalam hal fisik, sosial, dan psikologis berdasarkan interaksi dan pengalaman individu dengan lingkungan sekitarnya. Pendapat ini selaras dengan pernyataan Iriany dan Dupe (2020: 60) yang berpendapat bahwa konsep diri merupakan pandangan terhadap diri sendiri yang terdiri dari tiga bagian yaitu pengetahuan, harapan, dan penilaian tentang diri sendiri. Pengetahuan terhadap diri sendiri tersebut dapat diketahui dari jenis kelamin, suku bangsa, pekerjaan, dan sejarah kehidupan masa lampau sebagai proses

pencarian dan pengumpulan informasi tentang diri yang kemudian tercermin dalam potret diri, di mana pengetahuan ini dapat berubah sesuai dengan kelompok dan lingkungannya. Sementara harapan diri terbentuk setelah individu memiliki pandangan terhadap dirinya sendiri yang berasal dari diri di masa lalu kemudian dibandingkan dengan pandangan terhadap diri akan menjadi apa di masa yang akan datang, dimana harapan termasuk dalam konsep diri ideal yang akan memandu diri untuk melangkah di masa depan. Sedangkan penilaian diri sendiri mencakup harapan diri sesuai standar yang telah ditetapkan.

Hurlock (1997: 172) menjelaskan konsep diri adalah gambaran diri individu mengenai dirinya sendiri. Di mana konsep diri akan semakin stabil ketika individu memasuki usia remaja, karena pada masa ini individu memandang diri dengan cara yang cenderung konsisten dan tidak membedakan antara diri hari ini dengan diri di hari sebelumnya. Konsep diri terbagi menjadi dua yaitu konsep diri ideal (*ideal self*) dan konsep diri sebenarnya (*real self*). *Ideal self* berkaitan dengan gambaran individu tentang kepribadian yang diinginkan atau bagaimana dirinya seharusnya, sedangkan *real self* berkaitan dengan bagaimana individu menggambarkan dirinya yang sebenarnya (Hurlock, 1997: 235).

Berdasarkan definisi konsep diri dari beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan persepsi individu terhadap dirinya yang meliputi bagaimana individu melihat dan merasakan dirinya

sebagai suatu pribadi, serta bagaimana individu menerapkan standar penilaian untuk mencapai harapan yang diinginkan.

## **2. Faktor-faktor Konsep Diri**

Menurut (Hurlock, 1997: 235) hal-hal yang mempengaruhi konsep diri terbagi menjadi delapan, yaitu:

### **a. Kematangan Usia**

Remaja yang belum matang secara usia membutuhkan figur individu lain yang lebih matang dan memiliki konsep diri yang baik agar remaja tersebut dapat mencontoh dan menyesuaikan diri. Hal ini karena remaja yang mengalami keterlambatan dalam kematangan usia cenderung merasa diperlakukan kurang baik sehingga sulit menyesuaikan diri.

### **b. Penampilan Diri**

Remaja yang berpenampilan diri berbeda dengan remaja lainnya cenderung akan merasa rendah diri walaupun perbedaan tersebut menambah daya tarik, begitu pula jika remaja mengalami cacat fisik.

### **c. Kepatuhan Seks atau Kepatuhan Jenis Kelamin**

Kepatuhan seks merujuk pada bagaimana individu menampilkan diri, minat, dan perilaku yang membantu remaja untuk memperoleh dukungan sosial sehingga remaja tersebut memiliki konsep diri yang baik. Remaja akan menjadi tidak percaya diri ketika tidak dapat menerima kondisi fisiknya (penampilan) sehingga berdampak kurang

baik untuk tingkah laku dan pembentukan konsep dirinya (Yusuf Sukman, 2017: 23).

d. Nama dan Julukan

Remaja akan merasa malu ketika namanya menjadi bahan ejekan, bahan julukan dan dinilai buruk oleh teman-temannya.

e. Hubungan Keluarga

Keluarga adalah fasilitator anak untuk mengembangkan dan membentuk kepribadiannya, oleh karenanya penting untuk keluarga menjalin kelekatan antara anak, orang tua, dan sanak saudara. Kelekatan ini akan membuat anak mencocokkan dirinya dengan salah satu anggota dalam keluarga yang patut dijadikan figur atau contoh dalam berkembang di kemudian hari.

f. Teman-Teman Sebaya

Konsep diri individu yang dipengaruhi oleh teman sebaya terbentuk dari anggapan dan penilaian teman-teman tentang dirinya dan tekanan untuk memiliki kepribadian sesuai dengan standar yang diterapkan dalam kelompok pertemanan tersebut.

g. Kreativitas

Remaja di dorong untuk memiliki kreativitas sesuai dengan keinginannya sebagai upaya untuk mengembangkan ide baru tanpa bergantung atau meminta bantuan dari individu lain.

h. Cita-Cita

Cita-cita yang tidak realistis menjadi penyebab remaja mengalami kegagalan dan menimbulkan perasaan tidak mampu yang kemudian membuat individu tersebut menyalahkan orang lain atas keagalannya.

Menurut Kania Saraswata dan Arifah (2021: 36-38) terdapat empat faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri, yaitu:

a. Pola Asuh Orang Tua

Konsep diri individu terbentuk pertama kali dalam pengasuhan keluarga karena keluarga merupakan tempat pertama memperoleh pendidikan dan bekal hidup untuk kehidupan selanjutnya, seperti kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkup sosialnya.

b. Teman Sebaya

Penolakan yang dialami remaja dari teman sebayanya dapat mempengaruhi perkembangan dan pembentukan konsep diri pada remaja tersebut terutama mengenai pandangan terhadap dirinya. Teman sebaya menjadi berpengaruh untuk pembentukan konsep diri karena pada fase ini kebutuhan emosional individu mengalami peralihan dari orang tua ke teman sebaya, teman sebaya menjadi sumber informasi, dan remaja dinilai teman sebayanya tanpa memikirkan sanksi dan pandangan dari individu dewasa.

c. Penampilan Fisik

Penampilan fisik atau citra fisik adalah cara individu untuk melihat fisiknya baik secara nyata seperti melalui cermin ataupun melalui pandangan individu lain. Penampilan fisik yang baik membuat individu memiliki tingkat penerimaan diri yang baik terhadap fisiknya.

d. Harga Diri

Harga diri merupakan penggambaran lebih jauh dan mendalam dari citra diri yang digunakan untuk menilai diri sendiri. Dimana harga diri berpengaruh pada tingkah laku, kepuasan hidup, dan kebahagiaan hidup individu yang kemudian membentuk konsep diri yang negatif atau positif sesuai dengan penilaian diri yang dihasilkan.

Berdasarkan penjelasan ahli di atas, maka dapat disimpulkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri antara lain kematangan usia, penampilan fisik, kepatuhan jenis kelamin, hubungan keluarga, pola asuh orang tua, teman sebaya, dan harga diri.

### **3. Aspek-aspek Konsep Diri**

Menurut (Hurlock, 1997: 237) konsep diri terbentuk karena dua aspek yaitu:

a. Fisik

Aspek ini mencakup penampilan, arti penting tubuh, kesesuaian dengan jenis kelamin, dan rasa gengsi di hadapan individu lain akibat

keadaan fisiknya. Dimana hal terpenting berkenaan dengan penampilan dan daya tarik tubuh (Silitonga, 2017: 18). Individu yang berpenampilan menarik cenderung mendapat sikap sosial dan penerimaan sosial yang baik dari lingkungan sekitarnya yang menghasilkan konsep diri yang positif untuk individu tersebut (Hurlock, 1997: 237).

b. Psikologis

Aspek ini berkaitan dengan bagaimana individu menilai kondisi psikisnya yang meliputi harga diri, rasa percaya diri, dan rasa kemampuan atau ketidakmampuannya bersaing dengan individu lainnya, dimana individu yang merasa mampu cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri dan konsep diri yang baik.

Menurut Shavelson dkk., (1976: 413) ada sembilan aspek konsep diri yaitu:

a. Kemampuan Fisik (*Physical Appearance*)

Kemampuan fisik adalah persepsi individu mengenai keterampilan dan minat pada kegiatan fisik seperti olahraga dan lainnya.

b. Penampilan Fisik (*Physical Abilities*)

Penampilan fisik adalah persepsi individu terhadap dirinya mengenai daya tarik yang dimiliki dalam hal penampilan fisik.

c. Hubungan dengan Lawan Jenis (*Opposite Sex Relationship*)

Merupakan persepsi diri yang berkaitan dengan popularitas dan kemudahan menjalin hubungan dengan lawan jenis.

d. Hubungan dengan Sesama Jenis (*Same Sex Relationship*)

Merupakan persepsi diri yang berkaitan dengan popularitas dan kemudahan untuk berteman dengan individu yang berjenis kelamin sama.

e. Hubungan dengan Orang tua (*Parents Relationship*)

Hubungan dengan orang tua terkait dengan kualitas interaksi, rasa suka terhadap orang tua, dan baik atau tidaknya dalam bergaul dengan orang tua.

f. Matematika (*Mathematics*)

Persepsi diri individu mengenai kemampuan, ketertarikan, dan rasa suka pada ilmu logika dan matematika.

g. Verbal (*Verbal*)

Persepsi diri individu mengenai keteampilan dan kemampuan dalam hal bahasa dan membaca.

h. Sekolah Secara Umum (*General School*)

Kemampuan, ketertarikan, dan rasa suka individu terhadap subjek-subjek yang berkaitan dengan sekolah seperti mata pelajaran sekolah secara umum.

i. Konsep Diri Secara Umum (*General Self Concept*)

Kemampuan individu untuk membangun rasa kepuasan terhadap diri, rasa percaya diri, dan rasa menghargai diri sendiri.

Berdasarkan pendapat ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini peneliti menggunakan aspek konsep diri menurut

Hurlock (1997: 237) karena aspek yang dijabarkan dianggap lebih mampu menggambarkan konsep diri secara lebih baik. Aspek tersebut meliputi aspek fisik dan psikologis.

#### **4. Dampak-dampak Konsep Diri**

Remaja dapat menilai dirinya secara objektif ketika konsep dirinya berkembang dengan baik (Yapono, 2013: 209). Konsep diri juga berperan penting dalam pembentukan perilaku individu karena perilaku tersebut mencerminkan bagaimana individu memandang dirinya, dimana jika individu berpandangan bahwa dirinya memiliki kemampuan yang kurang dalam melaksanakan suatu tugas, maka perilakunya akan menunjukkan ketidakmampuannya tersebut (Hidayati & Farid, 2016: 139). Sementara menurut Sari dan Maryatmi, (2019: 25) remaja yang memiliki konsep diri yang positif cenderung memiliki harga diri yang tinggi sehingga lebih mampu menerima semua kekurangan dan kelebihan dalam dirinya. Hal ini sejalan dengan pernyataan Muawanah (2012: 8) bahwa remaja yang memiliki konsep diri positif lebih mampu untuk berinteraksi sosial, mengatasi dirinya dan memperhatikan dunia luar, sementara remaja yang memiliki konsep diri negatif cenderung sering merasa cemas, kurang percaya diri dan menganggap pencapaiannya bukan diperoleh dari dirinya sendiri melainkan karena bantuan individu lain.

Berdasarkan pemaparan tersebut di atas maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri berdampak pada pembentukan perilaku individu, dimana ketika individu memiliki konsep diri negatif maka akan tampak perilaku

negatif pula seperti sering merasa cemas, kurang percaya diri, dan menganggap pencapaiannya adalah suatu hal yang kebetulan. Sementara ketika individu memiliki konsep diri positif individu tersebut cenderung memiliki harga diri yang tinggi dan lebih mampu menerima kekurangan serta kelebihan dirinya.

## 5. Konsep Diri dalam Perspektif Islam

Konsep diri merupakan seluruh persepsi mengenai diri sendiri yang tidak hanya meliputi persepsi deskriptif, akan tetapi juga penilaian dalam hal fisik, sosial, dan psikologis berdasarkan interaksi dan pengalaman individu dengan lingkungan sekitarnya (Yuniati dkk., 2015: 441). Di dalam Al-Qur'an telah tertulis mengenai dorongan kepada manusia untuk memperhatikan dirinya dan keistimewaannya yang membedakan dia dengan manusia lainnya. Seperti yang tercantum dalam QS. Adz-Dzariyat ayat 20-21 yang berbunyi:

وَفِي الْأَرْضِ آيَاتٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٢٢٠﴾ وَفِي أَنفُسِكُمْ أَفَلَا تُبْصِرُونَ ﴿٢٢١﴾

Artinya: “ Dan di bumi terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi orang-orang yang yakin. (Begitu juga ada tanda-tanda kebesaran-Nya) pada dirimu sendiri. Maka, apakah kamu tidak memperhatikan?,” (Qur'an Kemenag, 2022).

Ibnu Katsir yang ditahqiq oleh Abdullah bin Muhammad bin Abdurahman bin Ishaq Al-Sheikh menafsirkan bahwa di dalam bumi terdapat berbagai tanda yang menunjukkan keagungan Allah berupa berbagai macam tumbuhan, binatang, hamparan bumi, gunung, tanah kosong, sungai, lautan, dan berbagai macam bahasa dan warna kulit

manusia, serta sesuatu yang telah ditakdirkan berupa keinginan dan kekuatan, dan yang terjadi di antara manusia berupa perbedaan tingkat dalam hal pemikiran, pemahaman, kebahagiaan, kesengsaraan, dan dinamika kehidupan lainnya serta hikmah yang terdapat dalam setiap bagian tubuh yaitu dalam menempatkan setiap anggota tubuh pada tempat yang benar-benar mereka perlukan. Dan barangsiapa yang bertafakkur (memikirkan) Allah, maka ia akan mengetahui bahwa dirinya hanya diciptakan dan setiap sendi yang terdapat dalam tubuhnya dilenturkan untuk beribadah kepada-Nya (Al Sheikh, 2005: 535–536).

Ayat ini menunjukkan bahwa setiap perbedaan yang terdapat dalam diri masing-masing individu seharusnya bisa lebih membuat individu tersebut memperhatikan dirinya sendiri baik dari segi fisik maupun psikologis, karena perbedaan ini lah kunci dari terbentuknya konsep diri yang jelas dari setiap individu.

Selain QS. Adz-Dzariyat ayat 20-21 Allah SWT juga berfirman mengenai konsep diri dalam QS. Ar-Rum ayat 8 yang berbunyi:

أَوَلَمْ يَتَفَكَّرُوا فِي أَنفُسِهِمْ ۗ مَا خَلَقَ اللَّهُ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضَ وَمَا بَيْنَهُمَا إِلَّا بِالْحَقِّ وَأَجَلٍ  
مُّسَمًّى ۗ وَإِنَّ كَثِيرًا مِّنَ النَّاسِ بِلِقَائِ رَبِّهِمْ لَكُوفُونَ ﴿٨﴾

Artinya: “Apakah mereka tidak berpikir tentang (kejadian) dirinya? Allah tidak menciptakan langit, bumi, dan apa yang ada di antara keduanya, kecuali dengan benar dan waktu yang ditentukan. Sesungguhnya banyak di antara manusia benar-benar mengingkari pertemuan dengan Tuhan-Nya”, (Qur’an Kemenag, 2022).

Berdasarkan Tafsir Ibnu Katsir yang ditahqiq oleh Abdullah bin Muhammad bin Abdurahman bin Ishaq Al-Sheikh dijelaskan bahwa ayat ini berkaitan dengan perenungan, pengamatan, dan memperhatikan ciptaan Allah tentang semua makhluknya baik yang ada di alam atas maupun bawah, sehingga manusia dapat mengetahui bahwa semua itu diciptakan dengan tujuan tertentu dan telah diberikan batasan waktu tertentu, yaitu hari kiamat. Kemudian Allah mengingatkan tentang kebenaran yang dibawa para Rasul-Nya (mukjizat dan dalil-dalil) yang jelas berupa pembinasaan orang-orang yang mendustakan mereka, serta menyelamatkan orang yang membenarkan mereka (Al Sheikh, 2005: 358). Dari ayat ini tersirat makna bahwa seharusnya individu merenungkan dan memikirkan dirinya sendiri, sehingga individu ini dapat mengetahui siapa dirinya dan apa yang harus diperbuat di sepanjang hidupnya karena seluruh hidup akan kembali pada Allah (Khosim & Hidayati, 2018: 47).

Berdasarkan kedua ayat di atas dapat disimpulkan bahwa islam memandang terbentuknya konsep diri (baik atau buruk) pada setiap individu bergantung pada pemikiran individu itu sendiri, dimana dengan mengetahui konsep diri yang jelas dan sesuai maka individu ini akan mengetahui sumbangsih apa yang akan diberikan dan dijalankan untuk hubungan antara dirinya dengan individu lain maupun hubungan individu dengan sang pencipta.

#### **D. Pengaruh Pola Asuh Permisif dan Konsep Diri Terhadap *Nomophobia***

*Nomophobia* merupakan istilah untuk menunjukkan perasaan berlebihan yang berwujud ketidaknyamanan, kecemasan, dan kegelisahan ketika individu berada jauh dari ponsel atau komputer (King dkk., 2010: 52). Umumnya *nomophobia* dialami oleh individu dengan rentang usia 18-24 tahun karena telah merasakan kenyamanan tanpa batas yang diberikan *smartphone*, bukan hanya menerima dan mengirim pesan atau panggilan tetapi lebih dari itu seperti mengirim email, membuat jadwal kegiatan sehari-hari, menjelajah internet, *e-commerce*, media sosial, dan lain sebagainya (Yildirim & Correia, 2015: 131). Agusta (2016: 90–93) membagi faktor *nomophobia* menjadi empat yaitu faktor internal, faktor situasional, faktor eksternal, dan faktor sosial. Faktor internal terdiri dari kontrol diri yang rendah, *sensation seeking*, dan rendahnya *self esteem*. Sedangkan faktor situasional berkaitan dengan situasi psikologis individu saat menggunakan *smartphone*. Kemudian faktor eksternal berkaitan dengan pengaruh media, teman sebaya, dan pola asuh orang tua. Faktor sosial berhubungan dengan kebutuhan interaksi individu.

Pada masa individu mengalami *nomophobia* sebagai akibat dari pencarian rasa nyaman, individu tersebut kemudian menjadi lebih individualis dan bersikap semaunya sendiri. Rahayuningrum dan Sary (2019: 36) menyebutkan bahwa meningkatnya ketergantungan terhadap *smartphone* dapat memberikan efek negatif baik untuk kesehatan fisik maupun psikologis dimana individu cenderung merasa takut secara berlebihan ketika *smartphonanya* tidak terhubung dengan internet, selalu membawa pengisi daya kemanapun, serta

merasa gelisah bila berjauhan dengan *smartphonenya*. Hal ini sesuai dengan salah satu faktor *nomophobia* yaitu faktor situasional. Menurut penelitian Agusta (2016: 91) faktor situasional terjadi ketika individu merasakan ketidaknyamanan dalam dirinya (memiliki masalah) kemudian individu tersebut akan mengalihkan perhatiannya pada *smartphone* sebagai upaya untuk memperoleh kenyamanan dan menghilangkan symptom psikologis penyebab ketidaknyamanan seperti kecemasan, sensitivitas, dan depresi yang akhirnya membuat individu tersebut mengalami *nomophobia*. Hal demikian akan menimbulkan masalah jika individu tidak dapat mengontrol dan mengatasinya dengan baik. Berdasarkan analisis tersebut pola asuh orang tua menjadi penting mengingat usia anak yang masih memerlukan bantuan untuk mengontrol keinginan tidak terkendalinya, seperti lamanya waktu mengakses *smartphone*. Akan tetapi penerapan pola asuh yang kurang sesuai seperti pola asuh permisif justru semakin menambah rasa kesepian individu karena pola asuh ini cenderung membiarkan dan membebaskan anak untuk melakukan apapun yang diinginkan. Baumrind (1991: 128–129) membagi aspek pola asuh permisif menjadi empat, antara lain kontrol terhadap anak kurang, tidak memberikan hukuman atau hadiah, orang tua toleran pada anak, serta kurangnya komunikasi pada anak.

Berdasarkan pernyataan tersebut faktor situasional menurut Agusta (2016: 90–93) berkaitan dengan salah satu aspek pola asuh permisif menurut Baumrind (1991:128) yaitu orang tua toleran pada anak dimana orang tua membebaskan anak untuk melakukan apapun yang diinginkan tanpa adanya

tuntutan dan paksaan, termasuk membebaskan anak mengakses *smartphone* tanpa memberikan batasan waktu yang jelas, sehingga ketika hal tersebut berlangsung dalam jangka waktu yang lama anak akan menjadi kecanduan (*nomophobia*).

Faktor *nomophobia* berikutnya menurut Agusta (2016: 90–93) adalah faktor eksternal atau faktor yang berasal dari luar individu seperti teman sebaya dan pola asuh orang tua. Dimana interaksi dengan teman sebaya dapat mempengaruhi intensitas penggunaan *smartphone* serta menumbuhkan minat untuk membeli atau mengganti *smartphone* tanpa adanya pertimbangan terlebih dahulu. Sementara pola asuh orang tua yang dalam hal ini adalah pola asuh permisif membuat anak mengalami kesepian, kurang cinta dan kasih sayang, ditambah orang tua yang sibuk bisa menyebabkan anak mengalami *nomophobia*, belum lagi apabila orang tua kurang memahami bahaya penggunaan *smartphone* secara berlebihan. Pernyataan ini didukung oleh penelitian Putri (2023: 58) bahwa penggunaan *smartphone* menjadi sangat bebas dengan menerapkan pola asuh permisif dimana orang tua tidak peduli ditambah dengan pengaruh teman sebaya. Hal ini berkaitan dengan salah satu aspek pola asuh permisif menurut Baumrind (1991: 128) yaitu kontrol terhadap anak kurang dimana sikap menerima dari orang tua pada anak tanpa disertai pengarahan sehingga dapat menimbulkan rendahnya kedisiplinan pada anak.

Faktor *nomophobia* menurut Agusta (2016: 90–93) selanjutnya yang berkaitan dengan pola asuh permisif yaitu sensation seeking yang terdapat pada faktor internal. Sensation seeking merupakan kebutuhan sensasi dan

pengalaman baru serta keinginan untuk mengambil resiko yang luar biasa dan kompleks baik mengenai fisik, hukum, sosial, maupun finansial dan dapat menjadi penyebab individu mengalami *nomophobia* karena menimbulkan perilaku konsumtif dalam mengakses *smartphone*. Hal ini berkaitan dengan salah satu aspek pola asuh permisif menurut Baumrind (1991: 128–129) yaitu tidak memberikan hukuman atau hadiah. Orang tua yang menerapkan pola asuh permisif berusaha untuk tidak menghukum, lebih menerima, dan afirmatif pada tindakan anaknya bahkan jika tindakan itu impulsif sekalipun. Tindakan impulsif tersebut seperti perilaku konsumtif pada *smartphone* baik dalam hal pembelian kuota internet sebagai penunjang kebutuhan akses internet maupun konsumtif dalam pembelian *smartphone* baru tanpa adanya pertimbangan terlebih dahulu karena ingin mengikuti trend yang ada.

Sejalan dengan penelitian Widiastuti dan Elshap (2015: 157) bahwa membiarkan anak dengan teknologi canggih berupa *smartphone* tanpa batas dan pengawasan akan mengarahkan anak kepada hal-hal yang tidak diinginkan, tidak terkecuali pada pornografi. Namun, kehadiran *smartphone* di era modern seperti saat ini justru telah menggeser posisi orang tua dalam menerapkan pola asuh, dimana orang tua kurang mengawasi sehingga anak sibuk dengan *smartphonenya* (Nurhidayah dkk., 2021: 130). Sesuai dengan pernyataan di atas penelitian yang dilakukan oleh Muyana dan Widyastuti (2018: 541) menghasilkan nilai signifikansi antara variabel pola asuh permisif dengan variabel *nomophobia*, yang berarti semakin tinggi pola asuh permisif yang

diterapkan orang tua kepada anak maka akan semakin meningkatkan *nomophobia* pada anak tersebut.

Berdasarkan pemaparan di atas sehubungan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Muyana dan Widyastuti (2018: 540) menunjukkan bahwa sebanyak 26,67% siswa menderita *nomophobia* dengan kategori tinggi dengan pola asuh permisif memberikan kontribusi simultan sebesar 0,594 atau 59,4% terhadap *nomophobia* anak, sedangkan sisanya sebesar 40,6% *nomophobia* dipengaruhi variabel lain. Sementara berdasarkan uji ANOVA diperoleh F sebesar 43,420 dengan signifikansi  $0,000 < 0,05$  sehingga hasil analisis statistik dengan regresi linier sederhana menunjukkan jika *nomophobia* pada anak dipengaruhi oleh pola asuh permisif.

Selanjutnya berdasarkan faktor-faktor *nomophobia* yang telah disebutkan di atas terdapat pula faktor kontrol diri rendah (faktor internal). Kontrol diri yang rendah ini berkaitan dengan konsep diri individu yang mengalami *nomophobia*. Seperti yang telah dipaparkan sebelumnya, individu yang mengalami *nomophobia* berawal dari adanya rasa ketidaknyamanan dalam diri yang akhirnya membuat individu tidak dapat mengontrol dirinya dalam menggunakan *smartphone*. Kemudian individu tersebut akan mengalami kesulitan untuk mengarahkan dan mengendalikan tingkah lakunya, baik di dunia nyata maupun di dunia maya. Sementara secara tidak langsung penggunaan *smartphone* dapat menjadi tolak ukur eksistensi individu dalam kelompoknya dimana jika tidak bisa menggunakan atau mengikuti trend yang

ada, individu ini akan merasa gagal, malu, terisolir, dan gangguan psikologis (emosional) lainnya (Putri, 2023: 11).

Faktor kontrol diri rendah ini juga berkaitan dengan faktor rendahnya self esteem dalam menggambarkan konsep diri individu yang mengalami *nomophobia*. Eksistensi individu mendukung keberhargaan diri yang dinilai dalam bentuk apresiasi dan menyukai diri sendiri. Rendahnya keberhargaan diri dapat terlihat saat individu menyajikan dirinya tidak sesuai dengan kenyataan di sosial media miliknya karena individu tersebut memiliki *role model* sebagai standar penilaian diri. Ketika penilaian yang diperoleh tidak sesuai dengan harapannya, individu cenderung merasa gagal, tidak percaya diri, dan ingin menjadi seperti yang diharapkan, oleh karenanya individu ini mengalami *nomophobia* karena ingin terus-menerus mengakses fitur-fitur *smartphone* untuk mengejar penilaian yang diinginkan (Kissela dkk., 2021: 8–9). Pada masa-masa rentan ini lah diperlukan pengawasan dan arahan utamanya ketika anak secara intens mengakses *smartphone* untuk kebutuhan sehari-harinya. Hal ini karena standar penilaian di media maya dapat mempengaruhi atau bahkan membentuk standar penilaian baru bagi individu tersebut yang kemudian berpengaruh pada perubahan konsep diri. Pernyataan ini sesuai dengan penelitian Kania Saraswatia dan Arifah (2021: 37) bahwa konsep diri remaja terbentuk karena adanya pola asuh orang tua, teman sebaya, dan harga diri. Konsep diri sendiri dapat diartikan sebagai keyakinan individu terhadap dirinya sendiri meliputi pemahaman emosional (psikis), pemahaman fisik,

sosial, dan akademis (Hurlock, 1997: 234). Menurut Hurlock (1997: 237) terdapat dua aspek konsep diri yaitu aspek fisik dan psikologis.

Berdasarkan penjabaran tersebut di atas, terlihat bahwa dua faktor *nomophobia* menurut Agusta (2016: 90-93) yaitu faktor kontrol diri rendah dan rendahnya self esteem berkaitan dengan aspek konsep diri Hurlock (1997: 237) yaitu aspek fisik. Aspek fisik mencakup penampilan, arti penting tubuh, kesesuaian dengan jenis kelamin dan rasa gengsi di hadapan individu lain akibat keadaan fisiknya dimana individu yang berpenampilan menarik cenderung mendapat sikap sosial dan penerimaan sosial yang baik dari lingkungan sekitarnya. Dari definisi aspek tersebut, apabila individu memiliki persepsi mengenai kemampuan dan penampilan fisik yang tidak sesuai dengan dirinya yang sebenarnya ditambah dengan standar penilaian yang terlalu tinggi dan kemampuannya untuk membangun rasa puas terhadap diri kurang mumpuni, maka ditakutkan konsep dirinya akan bermasalah dan terus memaksakan diri untuk mengikuti standar kehidupan dan pengakuan dari individu lain di dunia maya yang akhirnya membuat adiksi pada fitur *smartphone* (*nomophobia*).

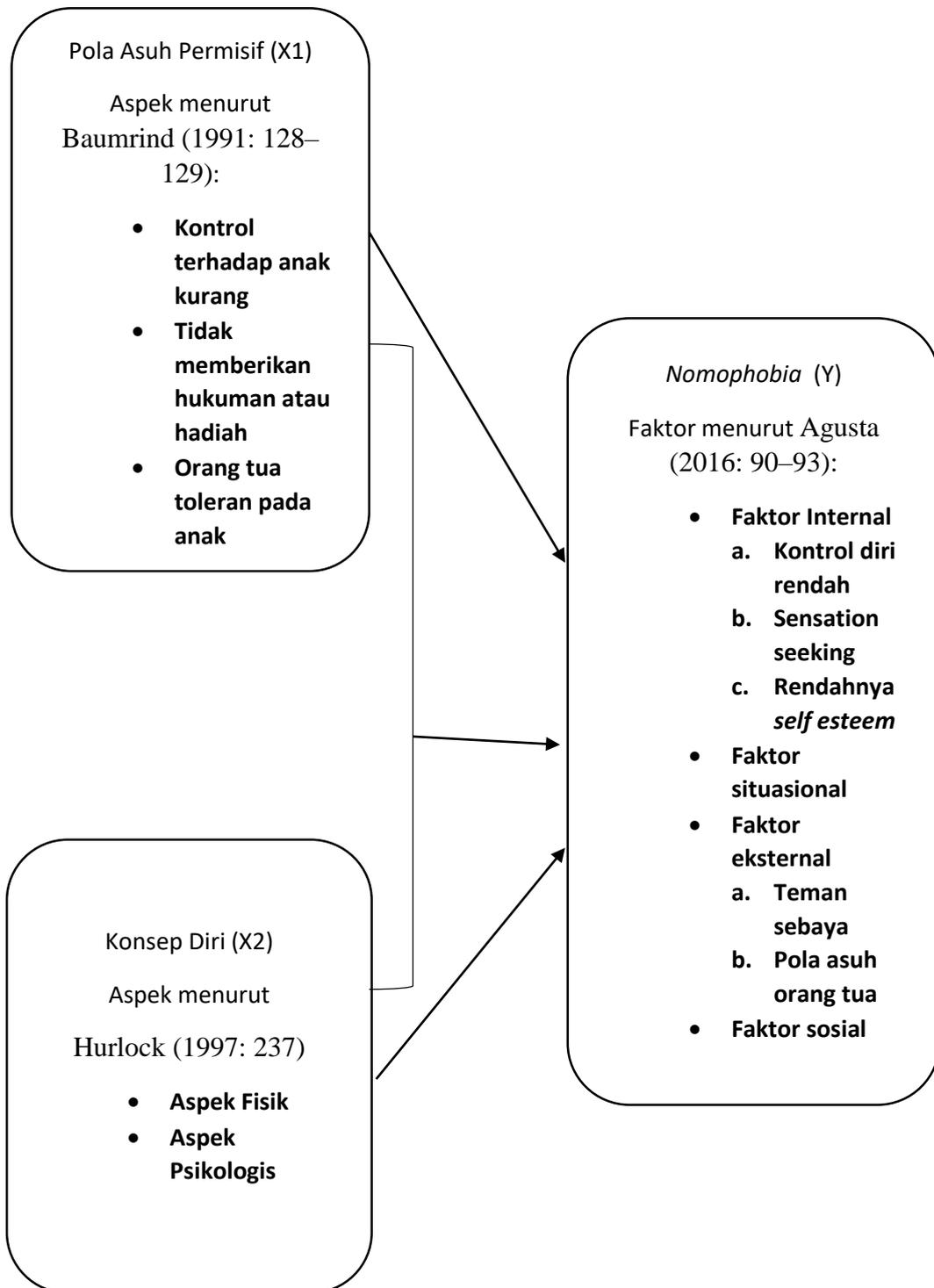
Faktor *nomophobia* menurut Agusta (2016: 90–93) selanjutnya yang berkaitan dengan konsep diri yaitu faktor sosial. Faktor sosial berhubungan dengan kebutuhan berinteraksi secara sosial. Interaksi sosial yang dilakukan melalui *smartphone* membentuk pola interaksi baru karena tidak ada batasan waktu dalam berkomunikasi, dianggap lebih efisien, praktis, dan cepat sehingga anak lebih asik dengan interaksi dunia mayanya dibanding innteraksi

dengan lingkungan sekitarnya. Faktor sosial ini berkaitan dengan aspek psikologis Hurlock (1997: 237). Aspek psikologis bermakna tentang bagaimana individu menilai kondisi psikisnya yang meliputi harga diri, rasa percaya diri, dan rasa kemampuan atau ketidakmampuannya dalam bersaing dengan individu lainnya dimana individu yang merasa mampu cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri dan konsep diri yang baik.

Faktor sosial dengan aspek psikologis menjadi saling berhubungan sebab adanya kebutuhan berinteraksi dengan individu baik berjenis kelamin sama maupun berbeda di dunia maya untuk bersaing serta memperoleh penilaian yang kemudian akan membentuk keberhargaan diri dan meningkatkan atau menurunkan rasa percaya diri tergantung pada penilaian yang didapatkan. Kebutuhan untuk saling bersaing dalam menunjukkan kemampuan diri serta keinginan untuk memperoleh penilaian yang baik lama-kelamaan akan menyebabkan ketergantungan atau adiksi terhadap *smartphone (nomophobia)*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Febriarta (2018: 6) bahwa diperoleh hasil uji analisis korelasi  $r = -0,293$  dengan  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ) atau maknanya terdapat hubungan negatif signifikan antara konsep diri pengguna gadget dengan kecenderungan perilaku *nomophobia*. Artinya semakin tinggi konsep diri pengguna gadget maka akan semakin rendah tingkat kecenderungan perilaku *nomophobia*. Dalam penelitiannya ini disebutkan bahwa secara tidak langsung penggunaan gadget dapat menjadi tolak ukur suatu eksistensi mahasiswa dalam kelompoknya dimana jenis gadget dan fitur yang ada dianggap dapat mewakili konsep diri individu tersebut. Ketika

individu ini tidak dapat memaksimalkan penggunaan gadgetnya, maka individu ini cenderung merasa kehilangan harga diri, gagal, malu, terisolir, dan gangguan emosional lainnya.

Berdasarkan pemaparan di atas maka pengaruh pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* jika dibuat bagan menjadi seperti berikut:



**Gambar 1.** Pengaruh Pola Asuh Permisif dan Konsep Diri terhadap Kecenderungan Perilaku Nomophobia

## E. Hipotesis

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah, dan hubungan dari ketiga variabel yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti mengajukan hipotesis pada penelitian ini sebagai berikut:

H<sub>1</sub> :Terdapat pengaruh pola asuh permisif terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal

H<sub>2</sub> :Terdapat pengaruh konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal

H<sub>3</sub> :Terdapat pengaruh pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Pendekatan Penelitian**

Metode penelitian merupakan upaya pengumpulan data menggunakan cara ilmiah yang rasional, empiris, dan sistematis dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2009: 2). Penelitian yang akan digunakan menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Sugiyono (2009: 7) mengartikan penelitian kuantitatif sebagai penelitian ilmiah yang berlandaskan pada filsafat positivisme untuk meneliti populasi dan sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, data penelitian berupa angka dan dianalisis menggunakan statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Pendekatan penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian asosiatif kausal. Sugiyono (2009: 37) menyatakan bahwa penelitian asosiatif kausal bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara dua variabel atau lebih yaitu variabel independen (variabel yang mempengaruhi) dan variabel dependen (dipengaruhi). Melalui pendekatan asosiatif kausal, penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan hasil mengenai pengaruh pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal.

## **B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

### **1. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian merupakan objek penelitian berupa benda, transaksi, orang, atau kejadian yang dikumpulkan dari subjek penelitian untuk menggambarkan suatu kondisi dari masing-masing subjek tersebut.

- a. Variabel dependen atau terikat (Y), merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Ulfa, 2019: 347).
- b. Variabel independen atau bebas (X), merupakan merupakan variabel yang menjadi penyebab atau secara teoritis memungkinkan untuk berdampak pada variabel lain (variabel terikat) (Ulfa, 2019: 346).

Pada penelitian ini variabel yang digunakan antara lain:

Variabel Dependen (Y) : *Nomophobia*

Variabel Independen (X1) : Pola Asuh Permisif

Variabel Independen (X2) : Konsep Diri

### **2. Definisi Operasional**

#### a. *Nomophobia*

*Nomophobia* merupakan kondisi yang dialami individu ketika berada jauh dari *smartphonenya* yang menyebabkan hadirnya perasaan cemas, takut, khawatir, gugup dan ketidaknyamanan lainnya. Penyusunan skala berdasarkan pada aspek *nomophobia* menurut Yildirim (2014: 40–55) yaitu tidak bisa berkomunikasi, kehilangan sinyal atau jaringan, tidak dapat mengakses informasi, serta ketakutan

dan menyerah pada kenyamanan. Di mana semakin tinggi penerapan pola asuh permisif dan semakin rendah konsep diri individu maka akan semakin meningkatkan perilaku *nomophobia* pada individu tersebut.

b. Pola Asuh Permisif-*Indifferent*

Pola asuh permisif-*indifferent* merupakan gaya pengasuhan berupa interaksi yang membebaskan anak melakukan apapun yang diinginkan, longgarnya kontrol terhadap aturan, serta semua keputusan diserahkan kepada anak sehingga menimbulkan kesulitan pengendalian tingkah laku pada diri anak tersebut. Penyusunan skala berdasarkan pada aspek pola asuh permisif menurut Baumrind (1991: 128–129) yaitu kontrol terhadap anak kurang, tidak memberikan hukuman atau hadiah, orang tua toleran pada anak, serta kurangnya komunikasi pada anak. Di mana semakin tinggi pola asuh permisif yang diterapkan orang tua kepada anak maka akan semakin meningkatkan *nomophobia* pada anak tersebut.

c. Konsep Diri

Konsep diri merupakan persepsi individu terhadap dirinya yang meliputi bagaimana individu melihat dan merasakan dirinya sebagai suatu pribadi, serta bagaimana individu menerapkan standar penilaian untuk mencapai harapan yang diinginkan. Penyusunan skala berdasarkan pada aspek konsep diri menurut Hurlock (1997: 237) yaitu aspek fisik dan psikologis. Di mana semakin tinggi konsep diri

individu maka akan semakin rendah tingkat kecenderungan perilaku *nomophobia*.

## **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

### **1. Tempat Penelitian**

Lokasi penelitian berada di SMA Negeri 1 Kendal yang beralamat di Jl. Raya Soekarno-Hatta, Kecamatan Patebon, Kabupaten Kendal, Jawa Tengah, dengan kode pos 51351.

### **2. Waktu Penelitian**

Waktu yang diambil peneliti untuk melakukan penelitian ini diperkirakan akan dimulai pada bulan Mei 2024.

## **D. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling**

### **1. Populasi**

Populasi dapat diartikan sebagai objek yang akan diteliti pada penelitian. Objek tersebut dapat berupa orang, benda, kejadian atau transaksi. Sugiyono (2009: 80) mengartikan populasi sebagai objek atau subjek secara keseluruhan pada suatu wilayah yang memiliki kualitas dan karakteristik tertentu yang telah ditetapkan peneliti untuk dipelajari dan disimpulkan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 1 Kendal yang sesuai kriteria yang dibutuhkan dalam penelitian. Jumlah siswa SMA Negeri 1 Kendal berdasarkan data pokok dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi (Kemdikbudristek, 2024) saat ini sebanyak 859 siswa.

**Tabel 2.** Jumlah Siswa SMA Negeri 1 Kendal Tahun Ajaran 2023/2024

<b>Kelas 10</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Kelas 11</b>	<b>Jumlah</b>
X A	36	XI A	35
X B	36	XI B	35
X C	36	XI C	34
X D	36	XI D	36
X E	36	XI E	36
X F	36	XI F	36
X G	36	XI G	35
X H	36	XI H	36
X I	36	XI I	36
X J	36	XI J	36
X K	36	XI K	36
X L	36	XI L	36
<b>Total</b>	<b>432</b>	<b>Total</b>	<b>427</b>

## 2. Sampel

Sugiyono (2009: 81) menyatakan bahwa sampel merupakan bagian kecil yang mewakili dari jumlah dan karakteristik populasi yang diambil dengan menggunakan teknik pengambilan sampling. Dalam penelitian ini subjek yang diambil adalah siswa kelas 10-11 yang ada di SMA Negeri 1 Kendal. Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan ketentuan tabel Isaac dan Michael dari populasi tertentu untuk taraf kesalahan 5% (Sugiyono, 2009: 86–87).

**Tabel 3.** Isaac dan Michael dari populasi tertentu dengan taraf kesalahan 1%, 5%, dan 10%

N	S			N	S			N	S		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
95	83	75	71	750	352	238	199	100000	659	347	270
100	87	78	73	800	363	243	202	150000	661	347	270
110	94	84	78	850	373	247	205	200000	661	347	270
120	102	89	83	<b>900</b>	382	<b>251</b>	208	250000	662	348	270
130	109	95	88	950	391	255	211	300000	662	348	270
140	116	100	92	1000	399	258	213	350000	662	348	270

Berdasarkan tabel di atas jika populasi sebanyak 859 dengan taraf kesalahan 5% maka jumlah subjek yang dibutuhkan adalah 251 subjek.

### 3. Teknik Sampling

Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *probability sampling* dengan jenis pengambilan sampel menggunakan *proportionate stratified random sampling*. *Probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan cara memberikan kesempatan yang sama bagi setiap anggota populasi untuk dijadikan sampel (Sugiyono, 2009: 82). Sementara *proportionate stratified random sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang digunakan jika populasi memiliki anggota yang heterogen dan berstrata secara proporsional (Sugiyono, 2009: 82). Di mana ketika dalam suatu populasi terdapat strata dari anggotanya, maka setiap strata harus terwakili dalam sampel yang ditentukan berdasarkan jenjang

pendidikan atau dapat dihitung menggunakan rumus *proportionate stratified random sampling* menurut Sugiyono (2009: 89) berikut:

$$N_i = \frac{N_i \times n}{N}$$

Keterangan:

- N<sub>i</sub> = ukuran strata tiap sampel
- N<sub>i</sub> = ukuran strata tiap populasi
- n = ukuran (total) sampel
- N = ukuran (total) populasi

Berdasarkan rumus tersebut, maka dapat diketahui bahwa jumlah sampel dari masing-masing strata di SMA Negeri 1 Kendal dapat dilihat pada tabel di bawah ini, yaitu:

**Tabel 4.** Sampel yang diambil dari populasi berstrata dengan rumus Sugiyono (2009: 89)

<b>Kelas 10</b>	$N_i = \frac{N_i \times n}{N}$	<b>Hasil</b>	<b>Kelas 11</b>	$N_i = \frac{N_i \times n}{N}$	<b>Hasil</b>
X A	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11	XI A	$\frac{35 \times 251}{859}$	10,23 = 11
X B	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11	XI B	$\frac{35 \times 251}{859}$	10,23 = 11
X C	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11	XI C	$\frac{34 \times 251}{859}$	9,93 = 10
X D	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11	XI D	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11
X E	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11	XI E	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11
X F	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11	XI F	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11
X G	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11	XI G	$\frac{35 \times 251}{859}$	10,23 = 11
X H	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11	XI H	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11

X I	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11	X I I	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11
X J	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11	X I J	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11
X K	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11	X I K	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11
X L	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11	X I L	$\frac{36 \times 251}{859}$	10,52 = 11
<b>Total</b>	<b>126,24 = 126,2</b>		<b>Total</b>	<b>124,78 = 124,8</b>	

Dengan demikian jumlah sampel pada setiap stratanya adalah 126,2 untuk kelas 10 dan 124,8 untuk kelas 11 yang jika dijumlahkan maka total sampelnya menjadi 251. Sementara pada pecahan yang dibulatkan ke atas jumlah sampelnya menjadi 263. Hal ini lebih aman dibanding jumlah sampel < 251.

#### E. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologi. Skala merupakan jumlah ukuran yang diatur berdasarkan besaran atau nilainya dengan tujuan untuk merepresentasikan orang, barang, atau kontinuitas (Hardani, dkk., 2020: 380). Pada penelitian ini skala yang digunakan adalah skala *nomophobia*, skala pola asuh permisif, dan skala konsep diri. Sementara jenis skala psikologis yang digunakan adalah skala likert yang umumnya disusun dari pertanyaan sikap (item) (Mawardi, 2019: 295). Pada skala likert terdapat dua arah butir yaitu butir *favourable* dan butir *unfavourable*. Butir *favourable* merupakan butir yang mendukung atribut psikologis dalam diri individu, sementara butir *unfavourable* merupakan butir yang menolak atribut psikologis pada diri individu (Azwar, 2012: 41–42) . Kemudian ada empat pilihan jawaban yang digunakan dalam penggunaan skala

likert ini yaitu “Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS)”. Peneliti menggunakan skala likert dengan empat pilihan jawaban dengan maksud untuk menghilangkan kelemahan yang terdapat dalam skala dengan pilihan jawaban lima tingkat. Azwar (2012: 46–47) berpendapat bahwa perlu kehati-hatian ketika menggunakan pilihan jawaban tengah (netral) karena dikhawatirkan memiliki arti ganda, artinya subjek belum dapat memutuskan atau memberi jawaban, sehingga apabila kategori jawaban tersebut disertakan maka akan kehilangan banyak informasi yang mendukung data penelitian. Penilaian empat jawaban tersebut dijelaskan oleh Azwar (2012: 69) seperti yang tertera pada tabel 5.

**Tabel 5.** Kriteria Skor Penilaian

Respon	<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

Berikut adalah aspek variabel bebas dan terikat yang termasuk ke dalam penelitian ini.

### **1. Skala Nomophobia**

Butir pernyataan skala ini dibuat berdasarkan pada aspek *nomophobia* menurut Yildirim (2014: 40–55) yaitu tidak bisa berkomunikasi, kehilangan

sinyal dan jaringan, tidak dapat mengakses informasi, serta ketakutan dan menyerah pada kenyamanan.

**Tabel 6. Blue Print Nomophobia**

No.	Aspek	Indikator	Butir		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Tidak bisa berkomunikasi	Rasa takut ketika tidak bisa berkomunikasi dengan individu lain secara cepat	1,17	9,25	8
		Rasa takut individu saat tidak dapat menggunakan layanan (fitur) smartphone untuk berkomunikasi	10,26	2,18	
2.	Kehilangan sinyal atau jaringan	Rasa takut individu saat kehilangan konektivitas	3,19	11,27	8
		Individu berpikir bahwa konektivitas sangat penting	12,28	4,20	
3.	Tidak dapat mengakses informasi	Merasa cemas ketika tidak dapat mencari informasi	5,21	13,29	8
		Merasa panik ketika tidak dapat memperoleh informasi	14,30	6,22	
4.	Ketakutan dan menyerah	Merasa khawatir	7,23	15,31	8

	pada kenyamanan	ketika tidak dapat memanfaatkan fitur sosial media yang ada di smartphone			
		Merasa gelisah ketika tidak dapat mengakses fitur-fitur di smartpone secara terus-menerus	16,32	8,24	
Jumlah			16	16	32

## 2. Skala Pola Asuh Permisif

Butir pernyataan skala ini dibuat berdasarkan aspek pola asuh permisif menurut Baumrind (1991: 128–129) karena aspek yang dijabarkan dianggap lebih mampu untuk menggambarkan pola asuh permisif *indifferent* dengan lebih baik. Aspek tersebut meliputi kontrol terhadap anak kurang, tidak memberikan hukuman atau hadiah, orang tua toleran pada anak, serta kurangnya komunikasi pada anak.

**Tabel 7.** *Blue Print* Pola Asuh Permisif

No.	Aspek	Indikator	Butir		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Kontrol terhadap anak kurang	Tidak ada standar perilaku yang harus ditaati di rumah	2,6	4,8	8
		Rendahnya pengarahan	1,5	3,7	

		membuat individu kurang disiplin			
2.	Tidak memberikan hukuman atau hadiah	Orang tua tidak mengapresiasi pencapaian anak	10,14	12,16	8
		Ketidakpedulian orang tua terhadap kesalahan yang dilakukan anak	9,13	11,15	
3.	Orang tua toleran pada anak	Orang tua membiarkan anak tidak menaati peraturan dalam keluarga	18,22	20,24	8
		Tidak adanya kewajiban anak untuk patuh pada orang tua	17,21	19,23	
4.	Kurangnya komunikasi pada anak	Tidak ada ikut serta orang tua dalam pengambilan keputusan individu.	26,30	28,32	8
		Kurangnya kedekatan antara orang tua dengan anak membuat komunikasi terganggu.	25,29	27,31	
Jumlah			16	16	32

### 3. Skala Konsep Diri

Pada skala ini, butir pernyataan dibuat berdasarkan aspek konsep diri menurut Hurlock (1997: 237) yaitu aspek fisik dan psikologi.

**Tabel 8.** *Blue Print* Konsep Diri

No.	Aspek	Indikator	Butir		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Fisik	Memiliki persepsi positif tentang kondisi fisiknya	1,9	5,13	8
		Memiliki persepsi positif tentang penampilannya	6,14	2,10	
2.	Psikologis	Memiliki persepsi sebagai pribadi yang penuh kebahagiaan	3,11	7,15	8
		Memiliki kepercayaan diri mengenai kemampuannya yang setara dengan individu lain	8,16	4,12	
Jumlah			8	8	16

## F. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas

#### a. Validitas isi

Validitas merupakan tingkat kesesuaian suatu skala dalam menjalankan fungsi pengukurannya yang mengacu pada kelayakan,

kebermanfaatan, dan kebermaknaan berdasarkan skor hasil tes subjek (Azwar, 2012b: 10). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa data yang benar tidak jauh berbeda antara data yang disajikan peneliti dengan data lapangan. Uji validitas pada penelitian ini menggunakan validitas isi. Validitas isi merupakan validitas yang dievaluasi melalui pengujian terhadap relevansi atau kelayakan isi skala melalui *expert judgement* untuk menunjukkan sejauh mana butir dalam skala psikologi relevan untuk mengukur suatu variabel yang akan diukur (Azwar, 2012b: 42).

Sejalan dengan pernyataan di atas, pada penelitian ini kelayakan butir pada skala *nomophobia*, skala pola asuh permisif, dan skala konsep diri dilakukan dengan penilaian oleh *expert judgment*, yaitu para dosen yang ada di jurusan psikologi dari Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Penilaian ini diperlukan untuk memperoleh masukan berupa saran ataupun arahan mengenai kelayakan butir, kesesuaian butir dengan indikator yang telah ditentukan, serta susunan bahasa dan kalimat yang digunakan agar mudah dipahami oleh subjek.

#### **b. Daya Beda Aitem**

Setelah seleksi dan perbaikan butir-butir oleh *expert judgment* selanjutnya dilakukan pemberian nilai terhadap validitas dari masing-masing butir. Azwar, (2012a: 80) menyebutkan dari hasil analisis butir dalam skala psikologi, yang paling penting adalah daya diskriminasi atau daya beda aitem. Daya beda aitem adalah sejauh mana aitem yang

digunakan mampu untuk membedakan antara individu yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2012a: 80).

Di mana untuk skala sikap, aitem yang memiliki daya beda tinggi adalah aitem yang mampu membedakan subjek yang bersikap positif dengan subjek yang bersikap negatif. Pada penelitian ini kriteria batasan berdasarkan pada koefisien *corrected item-total correlation*  $\geq 0,30$  dengan menggunakan bantuan SPSS IBM 23, sehingga apabila butir pernyataan memiliki taraf signifikansi  $\geq 0,30$  maka butir tersebut dinyatakan memuaskan atau valid (Azwar, 2012: 86).

## 2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah proses pengukuran skala yang berhubungan dengan akurasi dan konsistensi karena bebas dari kesalahan (error). Error pada pengukuran menunjukkan seberapa jauh inkonsistensi hasil ukur jika pengukuran dilakukan ulang pada kelompok subjek yang sama. Ketika pengukuran skala dilakukan berulang dan mendapatkan hasil yang sama, maka skala tersebut dinyatakan reliabel (Azwar, 2012b: 8). Butir pernyataan pada penelitian ini akan diuji dengan menggunakan SPSS IBM 23 dengan nilai koefisien reliabilitas *cronbach alpha* berdasarkan pengelompokan batas-batas nilai koefisien reliabilitas menurut Devellis (dalam Saifuddin, 2020: 207) yang dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 9.** Batas-Batas Nilai Koefisien Reliabilitas Davellis (2003)

Nilai	Kategori/Keterangan
< 0,60	Tidak dapat diterima
0,60 - 0,65	Dapat diterima tetapi kurang memuaskan
0,65 - 0,70	Dapat diterima secara minimal
0,70 - 0,80	Dapat diterima
0,80 - 0,90	Sangat baik
> 0,90	Sebaiknya skala yang disusun diperpendek

Berdasarkan tabel tersebut maka dalam penelitian ini apabila nilai *cronbach alpha* yang diperoleh lebih dari 0,60 artinya dapat diterima dan reliabel.

## **G. Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data digunakan untuk menjawab rumusan masalah serta menguji hipotesis yang meliputi tabulasi data, penyajian data, dan perhitungan data (Sugiyono, 2009: 243). Berikut beberapa analisis data yang digunakan.

### **1. Uji Asumsi**

#### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas adalah pemeriksaan pada data empirik atau sampel data yang diperoleh untuk mengetahui apakah sampel data tersebut berdistribusi normal atau tidak (Haniah, 2013: 2–3). Pada penelitian ini uji normalitas yang digunakan adalah uji Kolmogorov-Smirnov dengan tingkat signifikansi 0,05 dan dianalisis menggunakan aplikasi SPSS IBM 23.

Berdasarkan kriteria yang digunakan apabila nilai signifikansi  $> 0,05$  maka data berdistribusi normal, sedangkan apabila signifikansi  $< 0,05$  maka data berdistribusi tidak normal (Dahlan, 2014: 72).

**b. Uji Linearitas**

Uji linearitas adalah suatu prosedur penelitian yang digunakan untuk mengetahui status linear atau tidaknya suatu distribusi dan penelitian. Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui secara signifikan apakah dua variabel yaitu variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y) memiliki hubungan yang linear atau tidak. Pada penelitian ini, untuk menguji linearitas menggunakan bantuan SPSS IBM 23, dimana distribusi data dikatakan linear dengan melihat pada nilai *Sig. Linearity* dan nilai *Sig. Deviation from Linearity*. Nilai *Sig Linearty* menunjukkan sejauh mana variabel bebas (X) berbanding tepat di garis lurus yang apabila nilainya lebih kecil dari tingkat signifikansi ( $\alpha$ ), maka regresi linear dapat digunakan untuk menjelaskan pengaruh antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y). Sedangkan nilai *Sig.Deviation from Linearity* menunjukkan seberapa linear data yang digunakan yang apabila nilainya lebih besar dari tingkat signifikansi ( $\alpha$ ), maka regresi linear dapat digunakan untuk menjelaskan pengaruh variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y). Hubungan yang linear antar dua variabel ditunjukkan dengan signifikansi  $< 0,05$  (Anggoro & Wijono, 2022: 62).

### c. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas digunakan untuk menguji ada atau tidaknya korelasi antar variabel bebas (X) karena model regresi yang baik adalah yang tidak terdapat korelasi di antara variabel bebas (X). Dimana untuk mengetahui ada atau tidaknya multikolinearitas dapat dilihat dari nilai *tolerance* dan *variance inflation factor (VIF)*. Dasar pengambilan keputusan pada uji multikolinearitas menurut Anggoro dan Wijono (2022: 63) yaitu:

- a. Jika  $VIF > 10$  dan nilai *tolerance*  $< 0,1$  maka terjadi multikolinearitas
- b. Jika  $VIF < 10$  dan nilai *tolerance*  $> 0,1$  maka tidak terjadi multikolinearitas

## 2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan teknik yang digunakan untuk memutuskan apakah suatu hipotesis yang diajukan bisa diterima atau ditolak berdasarkan hasil pengujian pada sampel data. Hipotesis yang akan diuji adalah hipotesis nol ( $H_0$ ) dan hipotesis alternatif ( $H_1$ ). Dimana  $H_0$  akan ditolak jika  $H_1$  diterima. Dalam menentukan uji hipotesis bisa menggunakan uji regresi linear berganda (Lamonge dkk., 2023: 38–40).

### Uji Regresi Linear Berganda

Uji regresi digunakan untuk memeriksa hubungan antara dua atau lebih variabel dalam sampel. Dalam penelitian ini menggunakan uji regresi

linear berganda untuk menganalisis pengaruh pola asuh permisif (X1) dan konsep diri (X2) terhadap perilaku *nomophobia* (Y) (Anggoro & Wijono, 2022: 63). Dengan ketentuan berdasarkan dasar pengambilan keputusan hipotesis pengujian persamaan regresi linear berganda yaitu:

- a) Apabila nilai sig. < 0,05 maka hipotesis diterima, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antar variabel
- b) Apabila nilai sig. > 0,05 maka hipotesis ditolak, artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antar variabel

## H. Hasil Uji Coba Skala

### 1. Validitas Alat Ukur

#### a. *Nomophobia*

Skala *nomophobia* yang digunakan untuk uji coba berjumlah 32 butir. Subjek yang digunakan adalah siswa SMA Negeri 2 Kendal sebanyak 43 orang. Berdasarkan *Corrected item-total correlation* menunjukkan bahwa terdapat 8 butir gugur pernyataan yang gugur yaitu butir nomor 1, 2, 4, 12, 20, 25, 26, dan 32. Butir yang gugur disebabkan oleh nilai  $r \leq 0,30$ . Berikut tabel *blue print nomophobia* setelah dilakukan uji coba skala.

**Tabel 10.** *Blue Print* Nomophobia setelah uji coba

No.	Aspek	Indikator	Butir		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Tidak bisa berkomunikasi	Rasa takut ketika tidak bisa berkomunikasi dengan	1*,17	9,25*	4

		individu lain secara cepat			
		Rasa takut individu saat tidak dapat menggunakan layanan (fitur) smartphone untuk berkomunikasi	10,26*	2*,18	
2.	Kehilangan sinyal atau jaringan	Rasa takut individu saat kehilangan konektivitas	3,19	11,27	5
		Individu berpikir bahwa konektivitas sangat penting	12*,28	4*,20*	
3.	Tidak dapat mengakses informasi	Merasa cemas ketika tidak dapat mencari informasi	5,21	13,29	8
		Merasa panik ketika tidak dapat memperoleh informasi	14,30	6,22	
4.	Ketakutan dan menyerah pada kenyamanan	Merasa khawatir ketika tidak dapat memanfaatkan fitur sosial media yang ada di smartphone	7,23	15,31	7
		Merasa gelisah ketika tidak dapat mengakses fitur-fitur di	16,32*	8,24	

		smartpone secara terus- menerus			
Jumlah			12	12	24

### b. Pola Asuh Permisif

Skala pola asuh permisif yang digunakan untuk uji coba berjumlah 32 butir. Subjek yang digunakan adalah siswa SMA Negeri 2 Kendal sebanyak 43 orang. Berdasarkan *Corrected item-total correlation* menunjukkan bahwa terdapat 12 butir pernyataan yang gugur yaitu butir nomor 4, 5, 9, 11, 15, 19, 20, 21, 23, 26, 27, dan 28. Butir yang gugur disebabkan oleh nilai  $r \leq 0,30$ . Berikut tabel *blue print* pola asuh permisif setelah dilakukan uji coba skala.

**Tabel 11.** *Blue Print* Pola Asuh Permisif setelah uji coba

No.	Aspek	Indikator	Butir		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Kontrol terhadap anak kurang	Tidak ada standar perilaku yang harus ditaati di rumah	2,6	4*,8	6
		Rendahnya pengarahan membuat individu kurang disiplin	1,5*	3,7	
2.	Tidak memberikan hukuman atau hadiah	Orang tua tidak mengapresiasi pencapaian anak	10,14	12,16	5
		Ketidakpedulian orang tua terhadap	9*,13	11*,15*	

		kesalahan yang dilakukan anak			
3.	Orang tua toleran pada anak	Orang tua membiarkan anak tidak menaati peraturan dalam keluarga	18,22	20*,24	4
		Tidak adanya kewajiban anak untuk patuh pada orang tua	17,21*	19*,23*	
4.	Kurangnya komunikasi pada anak	Tidak ada ikut serta orang tua dalam pengambilan keputusan individu.	26*,30	28*,32	5
		Kurangnya kedekatan antara orang tua dengan anak membuat komunikasi terganggu.	25,29	27*,31	
Jumlah			12	8	20

### c. Konsep Diri

Skala konsep diri yang digunakan untuk uji coba berjumlah 16 butir. Subjek yang digunakan adalah siswa SMA Negeri 2 Kendal sebanyak 43 orang. Berdasarkan *Corrected item-total correlation* menunjukkan bahwa terdapat 4 butir pernyataan yang gugur yaitu butir nomor 1, 3, 12, dan 16. Butir yang gugur disebabkan oleh nilai r

$\leq 0,30$ . Berikut tabel *blue print* konsep diri setelah dilakukan uji coba skala.

**Tabel 12.** *Blue Print* Konsep Diri setelah uji coba

No.	Aspek	Indikator	Butir		Jumlah
			Fav	Unfav	
1.	Fisik	Memiliki persepsi positif tentang kondisi fisiknya	1*,9	5,13	8
		Memiliki persepsi positif tentang penampilannya	6,14	2,10	
2.	Psikologis	Memiliki persepsi sebagai pribadi yang penuh kebahagiaan	3*,11	7,15	8
		Memiliki kepercayaan diri mengenai kemampuannya yang setara dengan individu lain	8,16*	4,12*	
Jumlah			5	7	12

## 2. Reliabilitas Alat Ukur

### a. *Nomophobia*

**Tabel 13.** Hasil Uji Reliabilitas *Nomophobia*

Case Processing Summary		
	N	%
Valid	43	100.0
Excluded <sup>a</sup>	0	.0
Total	43	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliabilitas Skala *Nomophobia* saat butir gugur

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.856	32

Reliabilitas Skala *Nomophobia* setelah butir gugur

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.882	24

**b. Pola Asuh Permisif**

**Tabel 14.** Hasil Uji Reliabilitas Pola Asuh Permisif

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	43	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	43	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliabilitas Skala Pola Asuh Permisif saat butir gugur

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.796	32

Reliabilitas Skala Pola Asuh Permisif setelah butir gugur

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.857	20

**c. Konsep Diri**

**Tabel 15.** Hasil Uji Reliabilitas Konsep Diri

<b>Case Processing Summary</b>		
	N	%
Cases		
Valid	43	100.0
Excluded <sup>a</sup>	0	.0
Total	43	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliabilitas Skala Konsep Diri saat butir gugur

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.795	16

Reliabilitas Skala Konsep Diri setelah butir gugur

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.861	12

## BAB IV

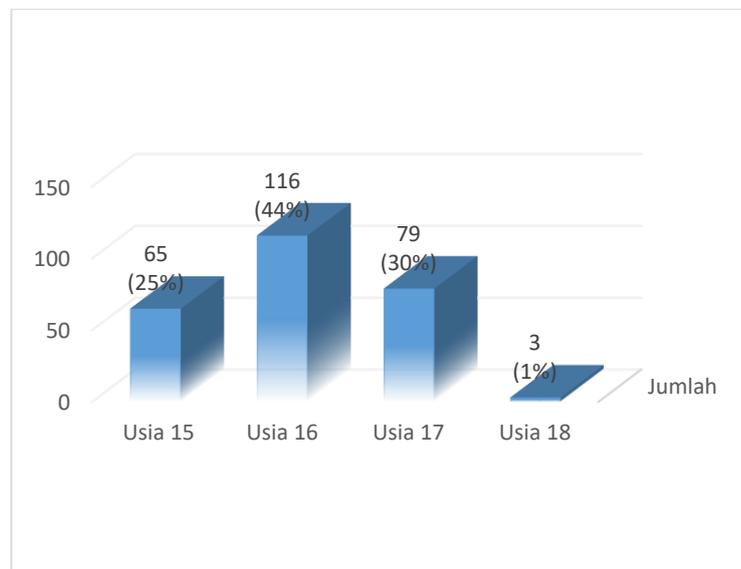
### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Deskripsi Subjek

Berdasarkan pengambilan data dari angket yang disebarluaskan diperoleh hasil data sebaran subjek seperti di bawah ini:

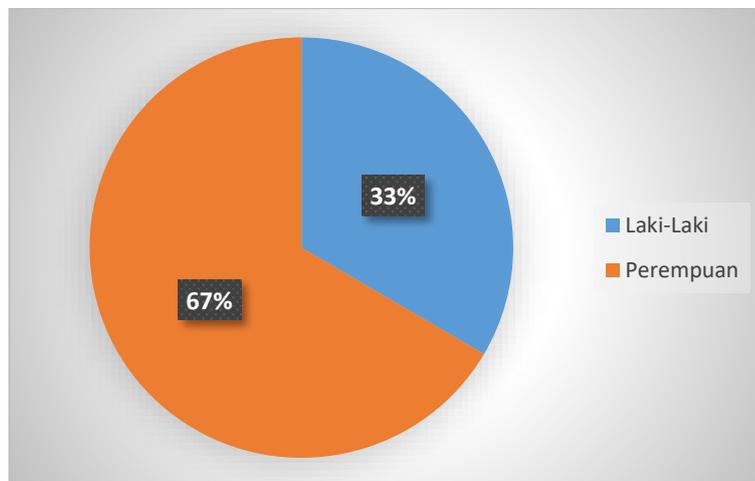
##### a. Berdasarkan Usia



**Gambar 2.** Diagram Persentase Sebaran Subjek Berdasarkan Usia

Berdasarkan gambar diagram di atas, menunjukkan bahwa sebaran subjek penelitian berdasarkan usia 15 tahun sebanyak 25% atau 65 siswa, 16 tahun sebanyak 44% atau 116 siswa, 17 tahun sebanyak 30% atau 79 siswa, dan usia 18 tahun sebanyak 1% atau 3 siswa.

b. Berdasarkan Jenis Kelamin



**Gambar 3.** Diagram Persentase Sebaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan gambar diagram di atas, menunjukkan bahwa sebaran subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin memperoleh hasil 67% atau 175 subjek berjenis kelamin perempuan dan 33% atau 88 subjek berjenis kelamin laki-laki.

## 2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian dilakukan guna melihat gambaran data dari variabel *nomophobia*, pola asuh permisif, dan konsep diri yang dilihat berdasarkan pada *standard deviation*, *mean*, nilai *minimum*, dan nilai *maximum* yang dapat dilihat berdasarkan tabel di bawah ini:

**Tabel 16.** Uji Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pola Asuh Permisif	263	23	60	40,94	7,054
Konsep Diri	263	19	47	32,90	5,264
Nomophobia	263	49	69	59,43	3,473
Valid N (listwise)	263				

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa variabel *nomophobia* memiliki nilai terendah 49 dan nilai tertinggi 69 dengan rata-rata sebesar 59,43 dan *standard deviation* sebesar 3,473. Selanjutnya variabel pola asuh permisif memiliki nilai terendah 23 dan nilai tertinggi 60 dengan rata-rata sebesar 40,94 dan *standard deviation* sebesar 7,054. Kemudian, variabel konsep diri memiliki nilai terendah 19 dan nilai tertinggi 47 dengan rata-rata sebesar 32,90 dan *standard deviation* sebesar 5,264.

Selanjutnya berdasarkan perhitungan rumus, maka diperoleh kategorisasi penelitian sebagai berikut:

a. *Nomophobia*

**Tabel 17.** Kategori Skor Variabel *Nomophobia*

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < M - 1SD$	$< 55,96$	Rendah
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$55,96 \leq X < 62,88$	Sedang
$M + 1SD \geq X$	$\geq 62,88$	Tinggi

Tabel tersebut menunjukkan bahwa skor skala *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal dinyatakan rendah apabila skor tidak lebih dari 55,96, dinyatakan sedang apabila skor berada diantara  $55,96 \leq X < 62,88$  dan dinyatakan tinggi apabila lebih dari atau sama dengan 62,88. Sehingga apabila dihitung dengan menggunakan IBM SPSS 23 maka kategori skor *nomophobia* dapat dikelompokkan sebagai berikut:

**Tabel 18.** Distribusi Variabel *Nomophobia*

		<b>Nomophobia</b>			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	34	12,9	12,9	12,9
	2	181	68,8	68,8	81,7
	3	48	18,3	18,3	100,0
	Total	263	100,0	100,0	

Tabel tersebut menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini yang mengalami *nomophobia* pada kategori rendah sebanyak 34 siswa dengan persentase 12,9%, kategori sedang sebanyak 181 siswa dengan persentase 68,8%, dan kategori tinggi sebanyak 48 siswa dengan persentase 18,3%. Dengan demikian subjek dalam penelitian ini sebagian besar mengalami *nomophobia* pada taraf sedang.

b. Pola Asuh Permisif

**Tabel 19.** Kategori Skor Variabel Pola Asuh Permisif

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < M - 1SD$	$< 33,89$	Rendah
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$33,89 \leq X < 47,99$	Sedang
$M + 1SD \geq X$	$\geq 47,99$	Tinggi

Tabel tersebut menunjukkan bahwa skor skala pola asuh permisif pada siswa SMA Negeri 1 Kendal dinyatakan rendah apabila skor tidak lebih dari 33,89, dinyatakan sedang apabila skor berada diantara  $33,89 \leq X < 47,99$  dan dinyatakan tinggi apabila lebih dari atau sama dengan 47,99. Sehingga apabila dihitung dengan menggunakan IBM SPSS 23 maka kategori skor pola asuh permisif dapat dikelompokkan sebagai berikut:

**Tabel 20.** Distribusi Variabel Pola Asuh Permisif

		Pola Asuh Permisif			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	34	12,9	12,9	12,9
	2	186	70,7	70,7	83,7
	3	43	16,3	16,3	100,0
	Total	263	100,0	100,0	

Tabel tersebut menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini yang mengalami pola asuh permisif pada kategori rendah sebanyak 34 siswa dengan persentase 12,9%, kategori sedang sebanyak 186 siswa

dengan persentase 70,7%, dan kategori tinggi sebanyak 43 siswa dengan persentase 16,3%. Dengan demikian subjek dalam penelitian ini sebagian besar mengalami pola asuh permisif pada taraf sedang

c. Konsep Diri

**Tabel 21.** Kategori Skor Variabel Konsep Diri

Rumus Interval	Rentang Nilai	Kategori Skor
$X < M - 1SD$	$< 27,64$	Rendah
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$27,64 \leq X < 38,16$	Sedang
$M + 1SD \geq X$	$\geq 38,16$	Tinggi

Tabel tersebut menunjukkan bahwa skor skala konsep diri pada siswa SMA Negeri 1 Kendal dinyatakan rendah apabila skor tidak lebih dari 27,64, dinyatakan sedang apabila skor berada diantara  $27,64 \leq X < 38,16$  dan dinyatakan tinggi apabila lebih dari atau sama dengan 38,16. Sehingga apabila dihitung dengan menggunakan IBM SPSS 23 maka kategori skor konsep diri dapat dikelompokkan sebagai berikut:

**Tabel 22.** Distribusi Variabel Konsep Diri

Konsep Diri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	39	14,8	14,8	14,8
	2	181	68,8	68,8	83,7
	3	43	16,3	16,3	100,0
	Total	263	100,0	100,0	

Tabel tersebut menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini yang mengalami konsep diri pada kategori rendah sebanyak 39 siswa dengan persentase 14,8%, kategori sedang sebanyak 181 siswa dengan persentase 68,8%, dan kategori tinggi sebanyak 43 siswa dengan persentase 16,3%. Dengan demikian subjek dalam penelitian ini sebagian besar mengalami konsep diri pada taraf sedang.

Berdasarkan ketiga tabel kategorisasi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas subjek mengalami *nomophobia* pada kategori sedang, mendapatkan pola asuh tipe permisif pada kategori sedang, dan memiliki konsep diri yang baik pada kategori sedang.

## **B. Hasil Analisis Data**

### **1. Uji Asumsi**

#### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan guna melihat normal atau tidaknya sebaran atau distribusi data dalam variabel. Pada penelitian ini uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov dengan ketentuan jika nilai sig > 0,05 maka data dikatakan berdistribusi normal. Di bawah ini merupakan tabel hasil uji normalitas yang telah diperoleh menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS 23:

**Tabel 23.** Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		263
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.77222923
	Absolute	.038
Most Extreme Differences	Positive	.038
	Negative	-.023
Kolmogorov-Smirnov Z		.612
<b>Asymp. Sig. (2-tailed)</b>		<b>.848</b>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov dapat diketahui dari nilai signifikansi (*Asymp.Sig. (2-tailed)*). Dimana nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,848 yang artinya nilai tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan guna melihat ada atau tidaknya hubungan yang linear antar variabel. Pada penelitian ini uji linearitas dilakukan dengan menggunakan aplikasi IBM SPSS 23. Di mana jika nilai *deviation from linearity* > 0,05 atau nilai signifikansi (*linearity*) < 0,05 maka terdapat hubungan yang linear antar variabel. Berikut tabel hasil uji linearitas yang telah diperoleh:

**Tabel 24.** Uji Linearitas *Nomophobia* dan Pola Asuh Permisif

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Nomophobia * Pola Asuh Permisif	Between Groups	(Combined)	972,881	35	27,797	2,885	,000
		<b>Linearity</b>	578,314	1	578,314	60,015	<b>,000</b>
		<b>Deviation from Linearity</b>	394,567	34	11,605	1,204	<b>,214</b>
	Within Groups		2187,423	227	9,636		
Total		3160,304	262				

Berdasarkan tabel di atas pada kolom *linearity* nilai signifikansi menunjukkan hasil 0,000 dengan artian kurang dari 0,01 dan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,214 yang berarti lebih besar dari 0,05. Nilai signifikansi *linearity* < 0,01 berarti lebih baik daripada < 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel *nomophobia* dan pola asuh permisif memiliki hubungan yang linear.

**Tabel 25.** Uji Linearitas *Nomophobia* dan Konsep Diri

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Nomophobia * Konsep Diri	Between Groups	(Combined)	1252,539	26	48,175	5,959	,000
		<b>Linearity</b>	994,826	1	994,826	123,065	<b>,000</b>
		<b>Deviation from Linearity</b>	257,713	25	10,309	1,275	<b>,178</b>
	Within Groups		1907,765	236	8,084		
Total		3160,304	262				

Berdasarkan tabel di atas pada kolom *linearity* nilai signifikansi menunjukkan hasil 0,000 dengan artian kurang dari 0,01 dan nilai *deviation from linearity* sebesar 0,178 yang berarti lebih besar dari 0,05. Nilai signifikansi *linearity* < 0,01 berarti lebih baik daripada < 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel *nomophobia* dan konsep diri memiliki hubungan yang linear.

c. Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan yang kuat antar variabel bebas. Kriteria penentu ada atau tidaknya hubungan tersebut menggunakan *variance inflation factor* (VIF) yang apabila nilai VIF di bawah 10,00 dan nilai *tolerance* lebih dari 0,100 maka tidak terdapat multikolinearitas antar variabel bebas.

**Tabel 26.** Hasil Uji Multikolinearitas

Coefficients <sup>a</sup>							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	64,660	1,908		33,887	,000		
Pola Asuh Permisif	,118	,027	,240	4,429	,000	,836	1,196
Konsep Diri	-,306	,036	-,464	-8,568	,000	,836	1,196

a. Dependent Variable: Nomophobia

Berdasarkan data di atas menunjukkan bahwa nilai *tolerance* sebesar 0,836 > 0,10 dan nilai VIF 1,196 < 10,0. Dengan demikian

maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat multikolinearitas antar variabel bebas.

## 2. Uji Hipotesis

Uji regresi linear berganda dilakukan guna mengetahui pengaruh antara dua atau lebih variabel bebas dengan satu variabel terikat. Berikut tabel hasil uji regresi linier berganda yang diperoleh:

### a. Uji Hipotesis Pertama

**Tabel 27.** Uji Hipotesis Pertama

Coefficients <sup>a</sup>					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	64,660	1,908		33,887	,000
<b>Pola Asuh Permisif</b>	,118	,027	,240	4,429	,000
<b>Konsep Diri</b>	-,306	,036	-,464	-8,568	,000

a. Dependent Variable: Nomophobia

Berdasarkan tabel hasil uji hipotesis di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pola asuh permisif sebesar  $0,000 < 0,01$ . Nilai signifikansi  $< 0,01$  berarti lebih baik daripada  $< 0,05$ . Dari nilai tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama diterima yaitu terdapat pengaruh pola asuh permisif terhadap perilaku *nomophobia*.

### b. Uji Hipotesis Kedua

Berdasarkan tabel hasil uji hipotesis pada tabel 27 dapat diketahui bahwa nilai signifikansi konsep diri sebesar  $0,000 < 0,01$ . Nilai signifikansi  $< 0,01$  berarti lebih baik daripada  $< 0,05$ . Dari nilai tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua diterima yaitu terdapat pengaruh konsep diri terhadap perilaku *nomophobia*.

### c. Uji Hipotesis Ketiga

**Tabel 28.** Uji Regresi Linear Berganda

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1146,767	2	573,384	<b>74,039</b>	<b>.000<sup>b</sup></b>
	Residual	2013,537	260	7,744		
	Total	3160,304	262			

a. Dependent Variable: Nomophobia

b. Predictors: (Constant), Konsep Diri, Pola Asuh Permisif

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.602 <sup>a</sup>	,363	<b>,358</b>	2,783

a. Predictors: (Constant), Konsep Diri, Pola Asuh Permisif

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan hasil nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ). Nilai signifikansi  $< 0,01$  berarti lebih baik daripada  $< 0,05$  dan nilai F sebesar 74.039 atau lebih dari 3.030 yang diperoleh dari perbandingan F tabel. Dengan demikian dapat

diartikan bahwa hipotesis secara simultan diterima dengan nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,358. Artinya terdapat pengaruh pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* sebesar 35,8% sedangkan 64,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada pada penelitian seperti variabel kesepian (Katili dkk., 2023), kecemasan (Ramaita dkk., 2019), konformitas teman sebaya dan lingkungan masyarakat (Khasna & Supriyadi, 2024).

**d. Uji Koefisien Regresi**

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	<b>64,660</b>	1,908		33,887	,000
Pola Asuh Permisif	<b>,118</b>	,027	,240	4,429	,000
Konsep Diri	<b>-,306</b>	,036	-,464	-8,568	,000

a. Dependent Variable: Nomophobia

Selanjutnya, pada penelitian ini terdapat tiga hipotesis yang akan diuji yaitu:

- a. Terdapat pengaruh pola asuh permisif terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal
- b. Terdapat pengaruh konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal

- c. Terdapat pengaruh pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal

Berdasarkan data di atas, variabel pola asuh permisif memiliki nilai signifikansi 0,000 sehingga dapat dikatakan kurang dari 0,01. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis pertama diterima yang berarti terdapat pengaruh pola asuh permisif terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia*. Selanjutnya, variabel konsep diri mendapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 sehingga kurang dari 0,01 yang menunjukkan bahwa hipotesis kedua diterima dengan makna terdapat pengaruh konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia*. Sedangkan pada variabel pola asuh permisif dan konsep diri menunjukkan nilai signifikansi 0,000 sehingga hipotesis ketiga diterima yang berarti terdapat pengaruh secara simultan variabel pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nmophobia*.

Secara matematik persamaan regresi linier berganda dapat dirumuskan seperti ini:  $Y = a + b_1.X_1 + b_2.X_2$ . Berdasarkan tabel di atas maka dapat dibentuk model persamaan regresi linier berganda sebagai berikut:

$$\begin{aligned} Y &= 64,660 + 0,118X_1 + (-0,306)X_2 \\ &= 64,660 + 0,118X_1 - 0,306X_2 \end{aligned}$$

Dengan Y: *Nomophobia*, X1: Pola Asuh Permisif, dan X2: Konsep Diri. Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa nilai konstanta *nomophobia* adalah 64,660 tanpa adanya pola asuh permisif dan konsep diri. Sedangkan nilai koefisien regresi dari pola asuh permisif sebesar 0,118, artinya menunjukkan bahwa apabila terdapat kenaikan satu satuan pada variabel pola asuh permisif maka akan terjadi kenaikan pada nilai variabel *nomophobia* sebesar 0,118. Dengan demikian dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pola asuh permisif dan *nomophobia*, di mana semakin tinggi tingkat penerapan pola asuh permisif maka akan semakin tinggi pula tingkat *nomophobia*.

Kemudian pada koefisien regresi konsep diri sebesar -0,306. Menunjukkan bahwa apabila terdapat kenaikan satu satuan pada variabel konsep diri maka akan terjadi penurunan pada nilai variabel *nomophobia* sebesar 0,306. Dengan demikian dapat diartikan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara konsep diri dan *nomophobia*, di mana semakin tinggi tingkat konsep diri maka tingkat *nomophobia* akan semakin rendah.

### **C. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal. Hasil yang didapatkan dari pengolahan data di atas menunjukkan bahwa sebagian besar dari siswa SMA Negeri 1 Kendal

mengalami *nomophobia* pada tingkat sedang. Dengan rincian perolehan sebanyak 33 siswa mengalami *nomophobia* di tingkat rendah, 182 siswa di tingkat sedang dan 48 siswa di tingkat tinggi. Sedangkan untuk hasil uji hipotesis pertama mendapatkan nilai signifikansi dari variabel pola asuh permisif sebesar 0,000 ( $p < 0.01$ ). Dalam hal ini berarti terdapat pengaruh pola asuh permisif terhadap *nomophobia*. Di mana semakin tinggi penerapan pola asuh permisif pada siswa SMA Negeri 1 Kendal maka akan semakin tinggi pula tingkat perilaku *nomophobia*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyana dan Widyastuti (2018) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pola asuh permisif terhadap *nomophobia*, artinya semakin tinggi pola asuh permisif yang diterapkan orang tua kepada anak maka akan semakin meningkatkan *nomophobia* pada anak tersebut. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Putri (2023) mengenai kecanduan gadget yang dipengaruhi oleh penerapan pola asuh permisif menyebutkan bahwa tidak ada tuntutan dan batasan yang diberikan oleh orang tua terkait intensitas penggunaan gadget, baik untuk hiburan maupun sebagai penunjang pembelajaran. Pada penelitian tersebut anak cenderung dibebaskan untuk mengakses *smartphone* walaupun kewajiban tugas sekolahnya belum terselesaikan. Kebebasan yang diberikan ini akhirnya membentuk dua pemikiran yang bertolak belakang pada anak, di mana anak yang memiliki pola pemikiran positif akan menjadikan kebebasan mengakses *smartphone* sebagai tempat untuk menuangkan kreativitas diri, pemberani dan mandiri. Sementara

anak yang memiliki pola pikir negatif akan menjadikan kebebasan tersebut sebagai kesempatan untuk menghindar dari kewajiban yang berdampak pada anak suka membentak bahkan membantah perintah atau pun permintaan tolong dari orang tua.

Selanjutnya pada penelitian Jannah dkk (2022) mengenai gaya pengasuhan orang tua diungkapkan bahwa kebebasan penggunaan *smartphone* oleh orang tua terjadi karena orang tua tersebut menganggap dirinya sebagai sumber untuk memenuhi segala keinginan anak-anaknya. Padahal tanpa sadar peran orang tua untuk menjadi pengawas guna meminimalisir dampak negatif dari *nomophobia* masih sangat diperlukan. Baumrind (1991: 128–129) membagi aspek pola asuh permisif menjadi empat, antara lain kontrol terhadap anak kurang, tidak memberikan hukuman atau hadiah, orang tua toleran pada anak, serta kurangnya komunikasi pada anak.

Aspek tersebut berkaitan dengan beberapa faktor *nomophobia* menurut Agusta (2016: 90–93) yang telah dipaparkan sebelumnya, yaitu faktor internal, faktor situasional, faktor eksternal dan faktor sosial. Faktor internal meliputi kontrol diri yang rendah, *sensation seeking*, dan rendahnya *self esteem*. Kemudian situasional berkaitan dengan kondisi psikologis individu saat menggunakan *smartphone*, seperti kecemasan, sensitivitas dan depresi. Faktor eksternal meliputi pengaruh media, teman sebaya dan pola asuh orang tua. Sedangkan faktor sosial berkaitan dengan kebutuhan interaksi antara satu individu dengan individu lainnya.

Selanjutnya, Bragazzi dan Del Puente (2014: 157) dalam penelitiannya menyebutkan beberapa dampak dari *nomophobia* yaitu mengalami kesepian, kegelisahan, kecemasan, kesedihan, panik, gemetar, berkeringat dan ketakutan ketika tidak dapat menjangkau serta mengakses *smartphone* miliknya. Ketika tingginya intensitas mengakses *smartphone* tidak diimbangi dengan kontrol yang baik dari diri sendiri maupun lingkungan sekitarnya utamanya orang tua, maka akan menimbulkan permasalahan berupa buruknya kualitas tidur anak karena waktu yang seharusnya digunakan untuk beristirahat justru malah dialihkan untuk mengakses *smartphone*. Selain itu, ketika individu mengalami *nomophobia* sebagai akibat dari pencarian rasa nyaman, individu tersebut kemudian menjadi lebih individualis dan bersikap semaunya sendiri. Hal ini berkaitan dengan salah satu faktor *nomophobia* menurut Agusta (2016: 90–93) yaitu faktor eksternal atau factor yang berasal dari luar individu seperti teman sebaya dan pola asuh orang tua. Di mana interaksi dengan teman sebaya dapat mempengaruhi intensitas penggunaan *smartphone* serta menumbuhkan minat untuk membeli atau mengganti *smartphone* tanpa adanya pertimbangan. Sementara pola asuh orang tua yang dalam hal ini adalah pola asuh permisif membuat anak mengalami kesepian, kurang cinta dan kasih sayang, ditambah orang tua yang sibuk bisa menyebabkan anak mengalami *nomophobia*. Faktor ini berkaitan dengan salah satu aspek pola asuh permisif menurut Baumrind (1991:128) yaitu kontrol terhadap anak kurang di mana sikap menerima dari orang tua pada anak tanpa disertai pengarahan dapat menimbulkan rendahnya kedisiplinan pada anak tidak terkecuali dalam hal mengakses *smartphone*.

Pernyataan di atas sesuai dengan penelitian Widiastuti dan Elsha (2015: 57) di mana membiarkan anak dengan teknologi canggih berupa *smartphone* tanpa batas dan pengawasan yang jelas akan mengarahkan anak kepada hal-hal yang tidak diinginkan, tidak terkecuali pada pornografi. Selain itu, Donath dkk., (2014: 9–10) menyebut bahwa anak-anak yang mengalami penolakan dan pengabaian dari orang tua tanpa mempertimbangkan perasaan anak, maka di perkembangan selanjutnya anak akan menghadapi resiko yang dapat membahayakan diri seperti, penggunaan narkoba, sabu-sabu, alkohol, dan melakukan pelecehan pada individu lain. Individu pengidap *nomophobia* selain menghadapi resiko tersebut juga akan kehilangan kemampuan berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya karena merasa semua hal bisa dilakukan melalui *smartphone*. Hal ini selaras dengan pernyataan Hurlock (1997: 99) jika anak dibiasakan bergantung pada mainan yang membuatnya nyaman, tertarik dan disukainya, maka nantinya anak ini akan menjadi kurang mampu bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain.

Dalam hal ini apabila individu dibiasakan bergantung pada *smartphone* tanpa adanya kontrol yang tepat dari penerapan pola asuh permisif, kurangnya komunikasi dan keterlibatan anak dalam pengambilan keputusan, disertai dengan tidak adanya pemberian hukuman atau hadiah pada perilaku anak maka akan semakin memperburuk tingkat kecanduan *smartpone* pada anak tersebut.

Selanjutnya hasil hipotesis kedua mendapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 atau kurang dari 0,01 yang menunjukkan bahwa hipotesis kedua diterima, artinya terdapat pengaruh konsep diri terhadap *nomophobia*. Di mana

semakin tinggi konsep diri yang didapatkan oleh siswa SMA Negeri 1 Kendal maka semakin rendah *nomophobia* yang dialami. Begitupun sebaliknya semakin rendah konsep diri yang didapatkan oleh siswa SMA Negeri 1 Kendal maka semakin tinggi *nomophobia* yang dialami.

Dari hasil tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Febriarta (2018) bahwa diperoleh hasil analisis uji korelasi  $r = -0,293$  dengan  $p = 0,001$  ( $p < 0,05$ ) atau maknanya terdapat hubungan negatif signifikan antara konsep diri pengguna gadget dengan kecenderungan perilaku *nomophobia*. Artinya semakin tinggi konsep diri pengguna gadget maka akan semakin rendah tingkat kecenderungan perilaku *nomophobia*. Dalam penelitiannya ini disebutkan bahwa secara tidak langsung penggunaan gadget dapat menjadi tolak ukur suatu eksistensi mahasiswa dalam kelompoknya di mana jenis gadget dan fitur yang ada dianggap dapat mewakili konsep diri individu tersebut. Ketika individu ini tidak dapat memaksimalkan penggunaan gadgetnya, maka individu ini cenderung merasa kehilangan harga diri, gagal, malu, terisolir dan gangguan emosional lainnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karmila dkk., (2018) mengenai pengaruh media sosial dan konsep diri terhadap gaya hidup siswa SMAN 3 Kota Solok, di mana dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa siswa menjadikan konsep diri dan gaya hidup sebagai alasan untuk menggunakan media sosial dan fitur lainnya yang ada di *smartphone*.

Pernyataan tersebut sesuai dengan salah satu faktor *nomophobia* menurut Agusta (2016: 90–93) yaitu faktor kontrol diri rendah (faktor internal).

Seperti yang telah dipaparkan sebelumnya, individu yang mengalami *nomophobia* berawal dari adanya rasa ketidaknyamanan dalam diri yang akhirnya membuat individu tidak dapat mengontrol dirinya dalam menggunakan *smartphone*, baik itu di dunia nyata maupun di dunia maya. Selain itu, faktor kontrol diri rendah ini juga berkaitan dengan faktor rendahnya *self esteem* dalam menggambarkan konsep diri individu yang mengalami *nomophobia*. Rendahnya keberhargaan diri dapat terlihat saat individu menyajikan dirinya tidak sesuai dengan kenyataan di *platform* sosial media miliknya karena individu tersebut memiliki *role model* sebagai standar penilaian diri. Kissela dkk., (2021: 8–9) menyebutkan ketika penilaian yang diperoleh tidak sesuai dengan harapannya, individu cenderung merasa gagal, tidak percaya diri, dan ingin menjadi seperti yang diharapkan

Di mana kedua faktor ini berkaitan dengan aspek konsep diri menurut Hurlock (1997: 237) yaitu aspek fisik. Aspek fisik mencakup penampilan, arti penting tubuh, kesesuaian dengan jenis kelamin dan rasa gengsi di hadapan individu lain akibat keadaan fisiknya. Di mana individu yang berpenampilan menarik cenderung mendapat sikap sosial dan penerimaan sosial yang baik dari lingkungan sekitarnya. Dari definisi aspek tersebut, apabila individu memiliki persepsi mengenai kemampuan dan penampilan fisik yang tidak sesuai dengan dirinya yang sebenarnya ditambah dengan munculnya standar penilaian yang baru dan terlalu tinggi, serta kemampuannya untuk membangun rasa puas terhadap diri kurang mumpuni maka ditakutkan konsep dirinya akan bermasalah. Dari konsep diri yang bermasalah ini lah yang membuat individu

terus memaksakan diri untuk mengikuti standar kehidupan demi mendapatkan pengakuan dari individu lain di dunia maya yang akhirnya membuat individu adiksi pada fitur *smartphone* (*nomophobia*).

Faktor *nomophobia* menurut Agusta (2016: 90–93) selanjutnya yang berkaitan dengan konsep diri yaitu faktor sosial. Faktor sosial berhubungan dengan kebutuhan berinteraksi secara sosial. Di mana interaksi sosial yang dilakukan melalui *smartphone* membentuk pola interaksi baru karena tidak ada batasan waktu dalam berkomunikasi, dianggap lebih efisien, praktis, dan cepat sehingga anak lebih asik dengan interaksi dunia mayanya dibanding interaksi secara langsung dengan lingkungan sekitarnya. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Gunadi (2018) mengenai konsep diri para pengguna *gadget* (*handphone*) para pelajar SMA Eria Kota Medan yang menunjukkan bahwa para pengguna *gadget* (*handphone*) memiliki konsep diri yang berbeda-beda, namun kegunaan *handphone* tetap sama yaitu menguntungkan dalam berkomunikasi dan berinteraksi. Di mana berinteraksi dengan sesama pengguna *handphone* menjadi lebih menyenangkan apalagi didukung dengan adanya fitur-fitur canggih termasuk dalam hal mencari informasi mengenai diri pelajar lain melalui sosial media. Pengalaman menyenangkan dan menarik yang diperoleh dari fitur *smartphone* salah satunya fitur-fitur yang disajikan sosial media *instagram* akhirnya membuat remaja berkeinginan untuk mengakses *smartphone* secara terus-menerus hingga berakhir kecanduan (Rahardjo & Mulyani, 2020: 30).

Faktor sosial ini berkaitan dengan salah satu aspek konsep diri menurut Hurlock (1997: 237) yaitu aspek psikologis. Aspek psikologis bermakna tentang bagaimana individu menilai kondisi psikisnya yang meliputi harga diri, rasa percaya diri, dan rasa kemampuan atau ketidakmampuannya dalam bersaing dengan individu lain, di mana individu yang merasa mampu cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri dan konsep diri yang baik. Faktor sosial dengan aspek psikologis menjadi saling berhubungan sebab adanya kebutuhan berinteraksi dengan individu lainnya di dunia maya untuk bersaing serta memperoleh penilaian yang kemudian akan membentuk keberhargaan diri dan meningkatkan atau pun menurunkan rasa percaya diri tergantung pada penilaian yang didapatkannya. Kebutuhan untuk saling bersaing dalam menunjukkan kemampuan diri serta keinginan untuk memperoleh penilaian inilah yang mendasari terjadinya ketergantungan atau adiksi terhadap *smartphone* (*nomophobia*).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Felita dkk., (2016) mengenai pemakaian media sosial dan *self concept* pada remaja yang menyatakan bahwa pemakaian media sosial yang tidak terkontrol akan mengembangkan konsep diri negative pada diri remaja sebagai akibat dari adanya tekanan yang dialami remaja untuk terus-menerus tampil baik dan sesuai menurut media sosial. Padahal tanpa disadari hal-hal baik dan sesuai yang ditampilkan di media sosial ini merupakan konsep diri yang sudah dimanipulasi atau bukan merupakan konsep diri yang sebenarnya dimiliki oleh individu tersebut.

Selanjutnya, pada hasil hipotesis yang ketiga diperoleh nilai signifikansi variabel pola asuh permisif dan konsep diri ( $sig$ ) = 0,000 ( $p < 0,01$ ) sehingga hipotesis ketiga diterima atau maknanya terdapat pengaruh secara simultan antara variabel pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia*. Artinya semakin tinggi penerapan pola asuh permisif dan semakin rendah konsep diri siswa SMA Negeri 1 Kendal maka akan semakin tinggi tingkat kecenderungan perilaku *nomophobia* yang dialami. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah penerapan pola asuh permisif dan semakin tinggi konsep diri siswa SMA Negeri 1 Kendal maka akan semakin rendah tingkat kecenderungan perilaku *nomophobia* yang dialami.

*Nomophobia* merupakan istilah untuk menunjukkan perasaan berlebihan yang berwujud ketidaknyamanan, kecemasan, dan kegelisahan ketika individu berada jauh dari ponsel atau komputer (King dkk., 2010: 52). Umumnya *nomophobia* dialami oleh individu dengan rentang usia 18-24 tahun karena telah merasakan kenyamanan tanpa batas yang diberikan *smartphone*, bukan hanya menerima dan mengirim pesan atau panggilan tetapi lebih dari itu seperti mengirim email, membuat jadwal kegiatan sehari-hari, menjelajah internet, *e-commerce*, media sosial, dan lain sebagainya (Yildirim & Correia, 2015: 131). Sementara pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rahayuningrum dan Sary (2019) pada 75 siswa SMA dengan kriteria berusia 16-19 tahun, tidak cacat fisik, dan dalam keadaan sehat, menunjukkan hasil bahwa siswa yang mengalami *nomophobia* taraf berat memiliki persentase sebesar 34%, taraf sedang sebesar 46%, dan taraf ringan sebesar 20%, di mana

*nomophobia* ini terjadi karena adanya kelebihan dan kenyamanan yang disajikan oleh *smartphone* yang akhirnya menyebabkan ketergantungan.

Usia yang tertera dalam kedua penelitian tersebut menggambarkan bahwa subjek termasuk ke dalam fase remaja, sama halnya dengan penelitian yang dilakukan peneliti pada siswa SMA Negeri 1 Kendal. Monks dkk. (1999: 262) membatasi usia remaja antara 12 sampai 21 tahun atau sampai selesainya pertumbuhan fisik. Fase remaja adalah fase usia bermasalah yang menimbulkan ketakutan, pencarian identitas, masa yang tidak realistis dan fase peralihan ke arah masa dewasa (Hurlock, 1997: 257). Fase remaja ini ditandai dengan munculnya keinginan menyesuaikan diri atau mencari identitas sesuai dengan standar kelompoknya, atau dengan kata lain remaja memandang dirinya sendiri dan orang lain sesuai dengan yang dirinya inginkan dan bukan sebagaimana adanya, tugas perkembangan ini lah yang kemudian menuntut remaja untuk melakukan perubahan pada sikap dan pola perilakunya (Hurlock, 1997: 208–209).

Tugas untuk melakukan perubahan ini berjalan seiring dengan adanya peningkatan fungsi psikologis berupa bertambahnya perhatian remaja terhadap masalah intelektual dan lingkungan sekitarnya sesuai dengan identitas kelompok yang dianutnya untuk mencapai identitas diri yang diinginkan. Perhatian ini dilakukan baik secara langsung maupun tidak langsung melalui *smartphone* karena dianggap lebih mudah, cepat, efektif, efisien, dan sesuai dengan perkembangan zaman yang jika dilakukan secara terus-menerus tanpa

adanya arahan dan kontrol yang baik dari orang tua maka akan mengakibatkan timbulnya adiksi pada *smartphone* atau biasa disebut *nomophobia*.

Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian Ramaita dkk., (2019: 92) yang menyebutkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan *smartphone* dalam menunjang kegiatan sehari-hari maka semakin menambah tingkat kecemasan yang dialami ketika individu tersebut tidak memiliki akses pada *smartphonenya* untuk mengirim pesan, melakukan panggilan, ataupun *browsing* akibat kehilangan sinyal, ditambah dalam kondisi tertentu *smartphone* lebih memberikan kenyamanan karena dapat mengurangi kegugupan. Agusta (2016: 90–93) membagi faktor *nomophobia* menjadi empat yaitu faktor internal, faktor situasional, faktor eksternal, dan faktor sosial. Faktor internal terdiri dari kontrol diri yang rendah, *sensation seeking*, dan rendahnya *self esteem*. Sedangkan faktor situasional berkaitan dengan situasi psikologis individu saat menggunakan *smartphone*. Kemudian faktor eksternal berkaitan dengan pengaruh media, teman sebaya, dan pola asuh orang tua. Sementara faktor sosial berhubungan dengan kebutuhan interaksi individu. Rahayuningrum dan Sary (2019: 36) menyebutkan bahwa meningkatnya ketergantungan terhadap *smartphone* dapat memberikan efek negatif baik untuk kesehatan fisik maupun psikologis, di mana individu cenderung merasa takut secara berlebihan ketika *smartphonenya* tidak terhubung dengan internet, selalu membawa pengisi daya kemanapun, serta merasa gelisah bila berjauhan dengan *smartphonenya*. Hal ini sesuai dengan salah satu faktor *nomophobia* yaitu faktor situasional. Menurut penelitian Agusta (2016: 91) faktor

situasional terjadi ketika individu merasakan ketidaknyamanan dalam dirinya (memiliki masalah) kemudian individu tersebut akan mengalihkan perhatiannya pada *smartphone* sebagai upaya untuk memperoleh kenyamanan dan menghilangkan symptom psikologis penyebab ketidaknyamanan seperti kesepian, kecemasan, sensitivitas dan depresi yang akhirnya membuat individu tersebut mengalami *nomophobia*. Hal demikian akan menimbulkan masalah jika individu tidak dapat mengontrol dan mengatasinya dengan baik. Faktor situasional ini kemudian berkaitan dengan salah satu aspek pola asuh permisif menurut Baumrind (1991: 128) yaitu orang tua toleran pada anak, di mana orang tua membebaskan anak untuk melakukan apapun yang diinginkan tanpa tuntutan dan paksaan, termasuk membebaskan anak mengakses *smartphone* tanpa memberikan batasan waktu yang jelas, sehingga ketika hal tersebut berlangsung dalam jangka waktu yang lama anak akan mengalami kecanduan *smartphone* (*nomophobia*). Berdasarkan analisis tersebut pola asuh orang tua menjadi penting mengingat usia siswa SMA yang masih memerlukan bantuan untuk mengarahkan dan mengontrol keinginan tidak terkendalinya, seperti lamanya waktu mengakses *smartphone*. Akan tetapi, penerapan pola asuh yang kurang sesuai seperti pola asuh permisif justru semakin menambah rasa kesepian individu karena pola asuh ini cenderung membiarkan dan membebaskan anak untuk melakukan apapun yang diinginkan tanpa adanya hukuman ataupun penghargaan. Pola asuh permisif ini terbagi menjadi dua yaitu *permissive indulgent* dan *permissive indifferent*. *Permissive indifferent* merupakan bentuk pola asuh membiarkan di mana orang tua sangat tidak

terlibat dalam menentukan kehidupan anak, pengasuhan dengan tipe ini dihubungkan dengan kurangnya kompetensi sosial anak, khususnya kurangnya kendali terhadap dirinya. Sementara *permissive indulgent* merupakan gaya asuhan di mana orang tua sangat terlibat pada kehidupan anak dengan menetapkan sedikit kontrol atau kendali dan membiarkan anak bebas melakukan apapun yang diinginkan. Sedangkan pola asuh yang dipilih peneliti dalam penelitian ini berfokus pada pola asuh *permissive indifferent*. Orang tua yang menerapkan pola asuh *permissive indifferent* di kemudian hari akan berakibat pada anak yang akan mengalami kesulitan untuk mengendalikan perilaku mereka (McGregor, 2017: 171).

Pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti, hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif signifikan antara pola asuh permisif dan *nomophobia*. Hal ini sejalan dengan penelitian Chusna (2017) bahwa ketika orang tua memilih dan menerapkan pola asuh permisif cenderung lebih membebaskan penggunaan *smartphone* pada anaknya tanpa adanya kontrol penggunaan dan pengawasan karena dianggap lebih memudahkan aktivitas orang tua utamanya jika orang tua memiliki kesibukan berlebih. Faktor *nomophobia* menurut Agusta (2016: 90–93) selanjutnya yang berkaitan dengan pola asuh permisif yaitu *sensation seeking* (faktor internal). *Sensation seeking* merupakan kebutuhan sensasi dan pengalaman baru serta keinginan untuk mengambil resiko yang luar biasa baik mengenai fisik, hukum, sosial, maupun finansial dan dapat menyebabkan individu mengalami *nomophobia* karena menimbulkan perilaku konsumtif dalam mengakses *smartphone*. Hal

ini berkaitan dengan salah satu aspek pola asuh permisif menurut Baumrind (1991: 128–129) yaitu tidak memberikan hukuman atau hadiah. Orang tua yang menerapkan pola asuh permisif berusaha untuk tidak menghukum, lebih menerima, dan afirmatif pada tindakan anaknya bahkan jika tindakan itu impulsif sekalipun. Individu yang berperilaku impulsif cenderung mengalami kesulitan untuk mengendalikan keinginannya, kurang memiliki perencanaan, serta tidak memikirkan konsekuensi dari tindakannya (Lokita dkk., 2021: 200). Tindakan impulsif tersebut seperti perilaku konsumtif pada *smartphone* baik dalam hal pembelian kuota internet maupun konsumtif dalam pembelian *smartphone* baru tanpa adanya pertimbangan terlebih dahulu karena ingin mengikuti trend yang ada.

Selanjutnya, faktor internal *nomophobia* yang dialami oleh individu salah satunya adalah rendahnya *self esteem*. Dalam hal ini baik buruknya konsep diri individu terbentuk karena tinggi atau rendahnya *self esteem* pada diri individu tersebut. Individu yang memiliki harga diri rendah cenderung mengalami kondisi emosional yang negatif seperti kecemasan (Rahmadina dkk., 2020: 5). Sementara pada penelitian ini, hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara konsep diri dan *nomophobia*. Hal ini sejalan dengan penelitian Kania Saraswatia dan Arifah (2021) yang mengungkapkan bahwa konsep diri remaja terbentuk karena adanya pola asuh orang tua, teman sebaya dan harga diri. Di mana konsep diri dipelajari melalui interaksi sosial bukan karena faktor hereditas maka dari itu konsep diri rentan terganggu saat individu berusia remaja. Hal ini selaras dengan faktor

*nomophobia* yaitu faktor sosial menurut Agusta (2016: hal. 91) dan aspek konsep diri menurut Hurlock (1997: 237) yaitu aspek psikologis. Faktor sosial dengan aspek psikologis menjadi saling berhubungan sebab adanya kebutuhan berinteraksi dengan individu lainnya di dunia maya untuk bersaing serta memperoleh penilaian yang kemudian akan membentuk keberhargaan diri dan meningkatkan atau pun menurunkan rasa percaya diri tergantung pada penilaian yang didapatkannya. Rasa berharga dan percaya diri inilah yang kemudian membentuk baik buruknya konsep diri. Selanjutnya, dalam penelitian Yulikhah dkk., (2019) menyebutkan bahwa konsep diri berperan dalam membentuk perilaku siswa untuk mengontrol dan menyelaraskan pikiran, menghadapi masalah, dan menafsirkan pengalaman yang diperolehnya. Di masa-masa rentan ini lah diperlukan pengawasan dan arahan dari lingkungan sekitar ketika anak secara intens mengakses *smartphone* untuk kebutuhan sehari-harinya. Hal ini karena standar penilaian di media maya dapat mempengaruhi atau bahkan membentuk standar penilaian baru bagi individu tersebut yang kemudian berpengaruh pada perubahan konsep diri.

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa pola asuh permisif dan konsep diri berpengaruh terhadap perilaku *nomophobia*. Hal tersebut diperkuat dengan hasil penelitian yang menunjukkan nilai signifikan. Dalam artian semakin tinggi pola asuh permisif dan semakin rendah konsep diri yang dimiliki oleh siswa SMA Negeri 1 Kendal maka semakin tinggi tingkat kecenderungan perilaku *nomophobia* yang dialami.

Analisis data di atas dapat disimpulkan persamaan garis regresi berganda dalam penelitian ini adalah  $Y = 64,660 + 0,118X_1 + (-0,306)X_2$  atau  $nomophobia = 64,660 + 0,118$  pola asuh permisif +  $(-0,306)$  konsep diri. Artinya, nilai koefisien  $X_1$  (0,118) berarti bahwa adanya penerapan pola asuh permisif dalam diri individu akan menambah perilaku *nomophobia* sebesar 0,118. Koefisien  $X_2$  (-0,306) berarti bahwa adanya konsep diri negatif yang dirasakan akan menambah perilaku *nomophobia* sebesar 0,306. Selain itu, hasil analisis data juga menunjukkan nilai *adjusted R square* sebesar 0,358 yang berarti pengaruh pola asuh permisif dan konsep diri secara bersamaan terhadap *nomophobia* sebesar 35,8% sedangkan 64,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada pada penelitian seperti kesepian, kecemasan, konformitas teman sebaya dan lingkungan masyarakat.

Pada penelitian ini sudah dilakukan sesuai dengan aturan dan prosedur ilmiah, akan tetapi dalam penelitian ini masih terdapat keterbatasan. Salah satunya mengenai kesulitan mencari referensi mengenai pengaruh pola asuh permisif terhadap *nomophobia*. Selain itu, pemilihan teknik sampling juga harus dipertimbangkan untuk memudahkan peneliti dalam pengambilan data karena pengambilan sampling menggunakan metode *proportionate stratified random sampling* membutuhkan data subjek berupa nama sekaligus nomor presensi sebagai penunjang kebutuhan penelitian untuk memilih subjek. Selanjutnya pada penelitian ini belum mengkaji *nomophobia* dari segi perilaku, melainkan hanya mengkaji mengenai kecenderungan *nomophobia* dari segi sikap. Namun peneliti berharap penelitian ini mampu menjadi sumber rujukan

maupun memberikan sumbangsih keilmuan utamanya mengenai hal-hal yang berkaitan dengan *nomophobia*, pola asuh permisif, dan konsep diri.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji hipotesis dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil uji hipotesis pertama diterima, yaitu terdapat pengaruh pola asuh permisif terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal.
2. Hasil uji hipotesis kedua diterima, yaitu terdapat pengaruh konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal.
3. Hasil uji hipotesis ketiga diterima, yaitu terdapat pengaruh pola asuh permisif dan konsep diri terhadap kecenderungan perilaku *nomophobia* pada siswa SMA Negeri 1 Kendal sebesar 35,8% , sedangkan 64,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada pada penelitian.

#### B. Saran

##### 1. Bagi Subjek

Dengan adanya penelitian ini subjek dengan kategori *nomophobia* tinggi dan sedang diharapkan dapat mengurangi intensitas mengakses *smartphone* atau membuat batasan agar dapat menurunkan tingkat adiksi pada *smartphone* (*nomophobia*). Sementara untuk subjek dengan tingkat *nomophobia* rendah diharapkan dapat mempertahankannya. Kemudian

subjek dengan kategori pola asuh permisif tinggi dan sedang diharapkan dapat belajar untuk mengendalikan diri utamanya ketika mengakses *smartphone* agar terhindar dari adiksi. Sementara subjek dengan kategori pola asuh permisif rendah diharapkan dapat mempertahankan pengendalian dirinya yang sudah baik ketika mengakses *smartphone* agar tidak menyebabkan adiksi. Sedangkan subjek dengan konsep diri sedang dan rendah diharapkan dapat lebih mengetahui mengenai pentingnya memilih serta mengikuti standar penilaian serta figur (*role model*) yang tepat sekaligus sesuai dengan dirinya agar subjek memiliki konsep diri yang baik sebagai upaya untuk mencegah terjadinya *nomophobia*. Sementara subjek dengan konsep diri tinggi diharapkan dapat mempertahankannya.

## 2. Bagi Orang Tua

Dengan adanya penilaian ini, diharapkan orang tua dapat lebih waspada terhadap perubahan perilaku pada anak sekaligus di dukung dengan pemilihan pola asuh yang tepat dan sesuai agar anak memiliki kontrol diri yang baik dalam mengakses *smartphone* sebagai upaya untuk mengatasi *nomophobia*.

## 3. Bagi Sekolah

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan tenaga kependidikan di SMA Negeri 1 Kendal dapat memetakan solusi terbaik terhadap siswa yang mengalami *nomophobia* sesuai dengan taraf keparahannya sebagai upaya untuk mengantisipasi masalah yang dapat timbul di kemudian hari.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk memilih topik bahasan *nomophobia* agar dapat menambahkan variabel baru yang belum diteliti dalam penelitian ini serta dianggap perlu untuk semakin mengembangkan keilmuan khususnya mengenai *nomophobia*. Variabel baru tersebut seperti kesepian, kecemasan, konformitas teman sebaya dan lingkungan masyarakat.

## Daftar Pustaka

- Abdullah, M. (2005a). *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 7*. Pustaka Imam Asy-Syafi'i.
- Abdullah, M. (2005b). *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 8*. Pustaka Imam Asy-Syafi'i.
- Aguilera-Manrique, G., Márquez-Hernández, V. V., Alcaraz-Córdoba, T., Granados-Gámez, G., Gutiérrez-Puertas, V., & Gutiérrez-Puertas, L. (2018). The relationship between nomophobia and the distraction associated with smartphone use among nursing students in their clinical practicum. *PLoS ONE*, *13*(8), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0202953>
- Agusta, D. (2016). Faktor-faktor resiko kcanduan menggunakan smartphone pada siswa di SMK Negeri 1 Kalasan Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, *5*(3), 86–96. <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/1021>
- Ameliola, S., & Nugraha, H. D. (2013). Perkembangan media informasi dan teknologi terhadap anak dalam era globalisasi. *Prosiding the 5th International Conference on Indonesia Studies: "Ethnicity and Globalization,"* 362–371. <https://www.academia.edu/download/34462625/2013-02-29.pdf>
- Anggoro, C., & Wijono, D. (2022). Pengaruh disiplin kerja, motivasi kerja, dan lingkungan kerja terhadap kinerja pegawai. *Jurnal Ekonomi, Manajemen, Bisnis dan Akuntansi*, *1*(1), 59–70. <https://www.bajangjournal.com/index.php/JEMBA/article/view/1259>
- Apriliyani, A., & Indrawati, E. (2023). Hubungan kesepian dan persepsi authoritative parenting dengan kecenderungan nomophobia siswa SMPN 195 Jakarta saat covid-19. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, *3*(1), 116–123. <https://doi.org/https://doi.org/10.37817/psikologikreatifinovatif.v3i1.2150>
- Arifin, A. N. (2019). *Pengaruh pola asuh permisif terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa* [Universitas Negeri Jakarta]. <http://repository.unj.ac.id/3153/>
- Arsyad, K. M. (2020). Pola asuh orang tua pada anak usia dini dalam pembentukan perilaku agama dan sosial. *Aktualita jurnal penelitian sosial dan keagamaan*, *10*, 66–88. <http://ejournal.an-nadwah.ac.id/index.php/aktualita/article/view/199>
- Aurelia, C., & Ningsih, Y. . (2021). Nomophobia dan kepribadian siswa SMA. *Jurnal Penelitian Psikologi*, *12*(2), 52–59. <https://doi.org/10.29080/jpp.v12i2.635>
- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, kontrol diri dan kenakalan remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, *3*(02), 126–129. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i02.376>
- Azwar, S. (2012a). *Penyusunan skala psikologi edisi 2*. Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012b). *Reliabilitas dan validitas edisi 4*. Pustaka Pelajar.

- Baumrind, D. (1991). *Effective parenting during the early adolescent transition*. In P.A. Cowan & E.M. Hetherington (Eds.), *Advances in Family Research (Vo. 2)* (2 ed.). Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers.
- Baumrind, D. (2011). Effects of authoritative parental control. *Child Development*, 37(4), 887–907. <http://www.jstor.org/stable/1126611>
- Bayu, D. (2022). *Remaja paling banyak gunakan internet di Indonesia pada 2022*. dataindonesia.id. <https://dataindonesia.id/internet/detail/remaja-paling-banyak-gunakan-internet-di-indonesia-pada-2022>
- Bella, K., & Hertinjung, W. S. (2021). *Hubungan antara harga diri, kesepian dan kontrol diri dengan kecanduan internet pada mahasiswa di masa pandemi covid-19*. 1–21. <http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/117149>
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 39–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>
- Bornstein, M. H., Putnick, D. L., Lansford, J. E., Al-Hassan, S. M., Bacchini, D., Bombi, A. S., Chang, L., Deater-Deckard, K., Di Giunta, L., Dodge, K. A., Malone, P. S., Oburu, P., Pastorelli, C., Skinner, A. T., Sorbring, E., Steinberg, L., Tapanya, S., Tirado, L. M. U., Zelli, A., & Alampay, L. P. (2017). ‘Mixed blessings’: parental religiousness, parenting, and child adjustment in global perspective. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*, 58(8), 880–892. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12705>
- Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7(2014), 155–160. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S41386>
- Bukhori, B., Said, H., Wijaya, T., & Nor, F. M. (2019). The effect of smartphone addiction, achievement motivation, and textbook reading intensity on students’ academic achievement. *International Journal of Interactive Mobile Technologies*, 13(9), 66–80. <https://doi.org/10.3991/ijim.v13i09.9566>
- Chairunisa, S., & Sovitriana, R. (2018). Konformitas dan dukungan orang tua dengan konsep diri pada siswa SMA X di Bekasi. *IKRAITH-humanira*, 2(3), 80–86. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/361>
- Chusna, P. A. (2017). Pengaruh media gadget pada perkembangan karakter anak. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*, 17(2), 315–330. <https://www.academia.edu/download/59214502/842-1806-1-SM20190511-26593-fdho7p.pdf>
- Dahlan, M. S. (2014). *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan deskriptif, bivariat, multivariat dilengkapi aplikasi menggunakan SPSS edisi 6*. Salemba Medika Jakarta.
- Delianty, I. R. (2020). Hubungan antara harga diri dengan nomophobia pada

mahasiswa program studi sarjana keperawatan Universitas Bhakti Kencana. *Skripsi*. <http://repository.bku.ac.id/xmlui/handle/123456789/1291>

- Donath, C., Graessel, E., Baier, D., Bleich, S., & Hillemacher, T. (2014). Is parenting style a predictor of suicide attempts in a representative sample of adolescents? *BMC Pediatrics*, *14*(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/1471-2431-14-113>
- Dzikrullah Ahmad, A. D. (2021). *Bunga rampai skenario covid-19 prodi statistika fakultas matematika dan ilmu pengetahuan alam Universitas Islam Indonesia*. Penerbit Universitas Islam Indonesia. [https://www.google.com/url?client=internal-element-cse&cx=partner-pub-6237836528597945:2066466116&q=https://statistics.uii.ac.id/wp-content/uploads/2021/02/bunga-rampai-covid-19\\_final.pdf&sa=U&ved=2ahUKEwjFuIOC6IeEAxXM4zgGHSg7CBAQFn oECAEQAg&usg=AOvVaw11Os](https://www.google.com/url?client=internal-element-cse&cx=partner-pub-6237836528597945:2066466116&q=https://statistics.uii.ac.id/wp-content/uploads/2021/02/bunga-rampai-covid-19_final.pdf&sa=U&ved=2ahUKEwjFuIOC6IeEAxXM4zgGHSg7CBAQFn oECAEQAg&usg=AOvVaw11Os)
- Febriarta, N. R. (2018). *Hubungan konsep diri pengguna gadget dengan kecenderungan perilaku nomophobia pada mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*. <http://repository.untag-sby.ac.id/1127/>
- Felita, P., Siahaja, C., Wijaya, V., Melisa, G., Chandra, M., & Dahesihsari, R. (2016). Pemakaian media sosial dan self concept pada remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi MANASA*, *5*(1), 30–41. <https://ejournal.atmajaya.ac.id/index.php/Manasa/article/view/184>
- Gunadi, A. J. (2018). Konsep diri para pengguna handphone kalangan pelajar SMA Eria Kota Medan. *Jurnal Network Media*, *1*(2), 2569–6446. <https://doi.org/https://doi.org/10.46576/jnm.v1i2.358>
- Haniah, N. (2013). Uji normalitas dengan metode liliefors. *Statistika Pendidikan*, *1*, 1–17. <http://statistikapendidikan.com>
- Hanifah, A. F., Dewi, S. A., & Karyawati, L. (2021). Dampak pola asuh permisif orang tua terhadap perkembangan sosial-emosional anak usia dini. *Early Childhood: Jurnal Pendidikan*, *5*(2), 90–104. <https://doi.org/https://doi.org/10.35568/earlychildhood.v5i2.1323>
- Hardani, Auliya, N. ., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. ., & Sukmana, D.J Istiqomah, R. . (2020). Buku metode penelitian kualitatif & kuantitatif. In *LP2M UST Jogja*. CV. Pustaka Ilmu.
- Heni, S. A. (2013). Hubungan antara kontrol diri dan syukur dengan perilaku konsumtif pada remaja SMA IT Abu Bakar Yogyakarta. *Emphaty Jurnal Fakultas Psikologi*, *2*(1), 1–15. <https://adoc.pub/queue/hubungan-antara-kontrol-diri-dan-syukur-dengan-perilaku-kons.html>
- Hidayati, Khoirul. dan Farid, M. (2016). Konsep diri, adversity quotient dan penyesuaian diri pada remaja. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, *5*(02), 137–144. <https://doi.org/https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>

- Hidayatullah, A. (2020). *Perbedaan kecenderungan perilaku nomophobia ditinjau berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh* [Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh]. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/14220>
- Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (5 ed.). Erlangga.
- Iriany, S., & Dupe, S. (2020). *Konsep diri remaja kristen dalam menghadapi perubahan zaman*. 2(1), 53–69. <https://doi.org/10.37364/jireh.v2i1.26>
- Jannah, K., Hastuti, D., & Riany, Y. E. (2022). Parenting style and depression among students: The mediating role of self-esteem. *Psikohumaniora*, 7(1), 39–50. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v7i1.9885>
- Jilisha, G., Venkatachalam, J., Menon, V., & Olickal, J. (2019). Nomophobia: A mixed-methods study on prevalence, associated factors, and perception among college students in Puducherry, India. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 41(6), 541–548. [https://doi.org/10.4103/IJPSYM.IJPSYM\\_130\\_19](https://doi.org/10.4103/IJPSYM.IJPSYM_130_19)
- Kania Saraswatia, G., & Arifah, S. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri remaja di SMPN 13 Yogyakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 33–38. [https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21927/jnki.2015.3\(1\).33-38](https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21927/jnki.2015.3(1).33-38)
- Karmila, R., Ananda, A., & Indrawadi, J. (2018). Pengaruh media sosial dan konsep diri terhadap gaya hidup siswa SMAN 3 Kota Solok. *Jurnal Civics: Media Kajian Kewarganegaraan*, 15(2), 120–125. <https://doi.org/10.21831/jc.v15i2.19897>
- Katili, M., Leslie, M., Wijaya, P., Prima Indonesia, U., Sikambing Nosimpang, J., Putih Tim, S. I., Medan Petisah, K., Medan, K., & Utara, S. (2023). Hubungan Kesepian dan Nomophobia pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Prima Indonesia Medan. *Journal on Education*, 05(03), 7795–7807. <https://jonedu.org/index.php/joe/article/view/1566>
- KBBI. (1988). *Kamus besar Bahasa Indonesia departemen pendidikan dan kebudayaan*. Balai Pustaka.
- Kemdikbudristek. (2024). *Data pokok pendidikan direktorat jenderal pendidikan anak usia dini, pendidikan dasar dan pendidikan menengah*. [dapo.kemdikbud.go.id](https://dapo.kemdikbud.go.id). <https://dapo.kemdikbud.go.id/sekolah/07D1FCE151431D4882D0>
- Khasna, R., & Supriyadi. (2024). Hubungan Peran Orang Tua, Teman Sebaya dan Lingkungan Masyarakat Terhadap Nomofobia Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(6), 507–519. <https://doi.org/https://doi.org/10.5281/zenodo.10643936>
- Khosim, M., & Hidayati, N. (2018). Hubungan konsep diri dengan interaksi sosial remaja panti asuhan putra muhammadiyah Labruk Lor Lumajang. *Dakwatuna: Jurna Dakwah dan Komunikasi Islam*, 4(1), 41–67.

<https://doi.org/https://doi.org/10.36835/dakwatuna.v4i1.434>

- Kiling, B. N., & Kiling, I. Y. (2015). Tinjauan konsep diri dan dimensinya pada anak dalam masa kanak-kanak akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 1(2), 116. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v1i2.1811>
- King, A. L. S., Valença, A. M., & Nardi, A. E. (2010). Nomophobia: The mobile phone in panic disorder with agoraphobia: Reducing phobias or worsening of dependence? *Cognitive and Behavioral Neurology*, 23(1), 52–54. <https://doi.org/10.1097/WNN.0b013e3181b7eabc>
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLoS ONE*, 8(12), 1–7. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Lamonge, A. S., Rakinaung, N. E., Heryana, N., Sukanto, K., Haryanto, A. N., Taufik, M. Z., Nanang, Mustakim, Fajrillah, & Achmad, V. S. (2023). *Metode penelitian kuantitatif: Perhitungan manual dan SPSS*. Get Press Indonesia. [https://books.google.co.id/books?id=hOLXEAAAQBAJ&dq=info:Ve43xAAygggJ:scholar.google.com/&lr=&hl=id&source=gbs\\_navlinks\\_s](https://books.google.co.id/books?id=hOLXEAAAQBAJ&dq=info:Ve43xAAygggJ:scholar.google.com/&lr=&hl=id&source=gbs_navlinks_s)
- Latifah, A. (2020). Peran lingkungan dan pola asuh orang tua terhadap pembentukan karakter anak usia dini. (*JAPRA*) *Jurnal Pendidikan Raudhatul Athfal (JAPRA)*, 3(2), 101–112. <https://doi.org/10.15575/japra.v3i2.8785>
- Lokita, K. E., Siahaan, F. M. M., & Widyasari, P. (2021). The mediating effect of emotion regulation on the mindfulness and impulsivity of high school students. *Psikohumaniora*, 6(2), 199–214. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v6i2.8953>
- Maimun. (2019). *Psikologi pengasuhan : Mengasuh tumbuh kembang anak dengan ilmu*. [http://repository.uinmataram.ac.id/527/4/Psikologi Pengasuhan %281%29\\_Compresed.pdf](http://repository.uinmataram.ac.id/527/4/Psikologi%20Pengasuhan%20%281%29_Compresed.pdf)
- Maryani, D. N., Dewi, E. M. P., & Nurdin, M. N. H. (2021). Hubungan antara harga diri dan nomophobia pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(1).
- Mawardi. (2019). Rambu-rambu penyusunan skala sikap model likert untuk mengukur sikap siswa. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 9(3), 292–304. <https://doi.org/10.24246/j.js.2019.v9.i3.p292-304>
- McGregor, E. (2017). Attachment, parenting, and childhood adversity. *Creativity and the Performing Artist*, 167–186. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-804051-5.00011-1>
- Monks, F. ., Knoers, A. M. ., & Haditono, S. R. (1999). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Gajah Mada University Press.
- Muawanah, L.B dan Pratiko, H. (2012). Kematangan emosi, konsep diri dan kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi*, 7(1), 490–500. <https://jurnal.untag->

sby.ac.id/index.php/persona/article/download/9/25

- Muawanah, L. B. (2012). Kematangan emosi, konsep diri dan kenakalan remaja. *Jurnal Persona*, 1(1), 6–14. <https://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/download/9/25>
- Muyana, S., & Widyastuti, D. A. (2018). The influence of permissive parenting towards nomophobia in elementary school students. *Proceeding of International Conference on Child-Friendly Education (ICCE)*, 538–542. <http://hdl.handle.net/11617/10197>
- Nuariningsih, I., Janah, D., & Muslihudin, M. (2023). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap kenakalan remaja pada santri Pondok Pesantren Al-Fattah Sukoharjo 2023. *Jurnal Humaniora dan Ilmu Pendidikan (Jahidik)*, 3(1), 37–49. <https://doi.org/10.35912/jahidik.v3i1.2062>
- Nugroho, R. A. B. (2014). *Hubungan antara sensation seeking dengan intensi melakukan cyberbullying pada remaja* [Universitas Brawijaya]. [http://repository.ub.ac.id/id/eprint/121041/1/SKRIPSI\\_RIO\\_AGUSTO\\_BINTANG\\_NUGROHO.pdf](http://repository.ub.ac.id/id/eprint/121041/1/SKRIPSI_RIO_AGUSTO_BINTANG_NUGROHO.pdf)
- Nurhidayah, I., Ramadhan, J. G., Amira, I., & Lukman, M. (2021). Peran orang tua dalam pencegahan terhadap kejadian adiksi gadget pada anak: Literatur review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(9), 12. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj>
- Pahlevi, R. (2022a). *APJII: Penetrasi internet Indonesia capai 77,02% pada 2022*. [databoks.katadata.co.id](http://databoks.katadata.co.id). <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/06/10/apjii-penetrasi-internet-indonesia-capai-7702-pada-2022>
- Pahlevi, R. (2022b). *Penetrasi internet di kalangan remaja tertinggi di Indonesia*. [databoks.katadata.co.id](http://databoks.katadata.co.id). <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/06/10/penetrasi-internet-di-kalangan-remaja-tertinggi-di-indonesia>
- Palupi, D. A., Sarjana, W., & Hadiati, T. (2018). Hubungan ketergantungan smartphone terhadap kecemasan pada mahasiswa Fakultas Diponegoro. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 7(1), 141. <http://eprints.undip.ac.id/61742/>
- Pandey, C., Ratag, B., & Langi, F. (2019). Hubungan antara kecanduan smartphone dengan kualitas tidur pada siswa SMA Negeri 1 Maesaan Kabupaten Minahasa Selatan. *Jurnal KESMAS*, 8(2), 22–29. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/kesmas/article/view/23935>
- Pangestuti, R., & Janah, R. (2023). Dopamine detox: Upaya pengendalian kecanduan gadget pada anak di era digital perspektif surah Al-Ashr ayat 1-3. *Tadribuna: Journal of Islamic Management Education*, 3(2), 19–30. <https://doi.org/https://doi.org/10.61456/tjiec.v3i2.97>
- Pasongli, A., Ratag, B. T., & Kalesaran, A. F. . (2020). Faktor-faktor yang

- berhubungan dengan nomophobia pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. *Jurnal KESMAS*, 9(6), 88–95. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/30937>
- Power, T. G. (2013). Parenting dimensions and styles: A brief history and recommendations for future research. *Childhood Obesity*, 9(SUPPL.1), 14–21. <https://doi.org/10.1089/chi.2013.0034>
- Pratt, M. W., Skoe, E. E., & Arnold, M. L. (2004). Care reasoning development and family socialisation patterns in later adolescence: A longitudinal analysis. *International Journal of Behavioral Development*, 28(2), 139–147. <https://doi.org/10.1080/01650250344000343>
- Purwanto, E., Gushevinalti, & Sari, E. V. (2023). *Adiksi smartphone oleh siswa sekolah dasar di pedesaan setelah masa pembelajaran daring (studi pada anak usia Sekolah Dasar Di Desa Pagar Gunung)*. 2(1), 34–43. <http://jurnal.umb.ac.id/index.php/idea/article/view/5043>
- Putri, M. D. A. (2023). *Hubungan antara pola asuh permisif dengan kecanduan gadget pada siswa SMP Negeri 34 Semarang*. [http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/29558%0Ahttp://repository.unissula.ac.id/29558/1/Psikologi\\_30701800075\\_fullpdf.pdf](http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/29558%0Ahttp://repository.unissula.ac.id/29558/1/Psikologi_30701800075_fullpdf.pdf)
- Qur'an Kemenag*. (2022). <https://quran.kemenag.go.id/>
- Rahardjo, W., & Mulyani, I. (2020). Instagram addiction in teenagers: The role of type D personality, self-esteem, and fear of missing out. *Psikohumaniora*, 5(1), 29–44. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v5i1.4916>
- Rahayuningrum, D. C., & Sary, A. N. (2019). Studi tingkat kecemasan remaja terhadap no-mobile phone (nomophobia) Di SMA Negeri Kota Padang. *Ensiklopedia of Journal*, 1(2), 34–37. <https://doi.org/https://doi.org/10.33559/eoj.v1i2.25>
- Rahmadina, A., Nashori, F., & Andrianto, S. (2020). The mediating effect of self-esteem on emerging adults' materialism and anxiety. *Psikohumaniora*, 5(1), 1–14. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v5i1.5484>
- Ramaita, R., Armaita, A., & Vandelis, P. (2019). Hubungan ketergantungan smartphone dengan kecemasan (nomophobia). *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 89. <https://doi.org/10.35730/jk.v10i2.399>
- Rusnali, A. N. A. (2019). Telepon seluler dalam perspektif islam. *Al-Din: Jurnal Dakwah dan Sosial Keagamaan*, 4(1), 1–10. <file:///C:/Users/USER/AppData/Local/Temp/201-352-1-SM.pdf>
- Rusuli, I. (2021). Tipologi pola asuh dalam Al-Qur'an: Studi komparatif islam dan barat. *Islamika Inside: Jurnal Keislaman dan Humaniora*, 6(1), 60–87. <https://doi.org/10.35719/islamikainside.v6i1.126>
- Sadya, S. (2023). *Pengguna smartphone Indonesia terbesar keempat dunia pada*

2022. dataindonesia.id. <https://dataindonesia.id/digital/detail/pengguna-smartphone-indonesia-terbesar-keempat-dunia-pada-2022>
- Saifuddin, A. (2020). *Penyusunan skala psikologi*. Prenada Media.
- Santrock, J. W. (2011). *Life-span development* (Thirteenth). Mike Sugarman.
- Sari, F., & Maryatmi, A. (2019). Hubungan antara konsep diri (dimensi internal) dan optimisme dengan subjective well-being siswa SMA Marsudirini Bekasi. *Ikraith-Humaniora*, 3(1), 23–29. <http://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/371>
- SecurEnvoy. (2012). *66% of the population suffer from nomophobia the fear of being without their phone*. [securenvoy.com. https://securenvoy.com/blog/66-population-suffer-nomophobia-fear-being-without-their-phone-2/](https://securenvoy.com/blog/66-population-suffer-nomophobia-fear-being-without-their-phone-2/)
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretations. *Review of Educational Research*, 46(3), 407–441. <https://doi.org/10.3102/00346543046003407>
- Silitonga, B. A. T. (2017). *Hubungan konsep diri dengan rencana pilihan karier pada siswa kelas XI SMA Negeri 3 Bandar Lampung tahun ajaran 2016/2017* [Universitas Lampung]. <http://digilib.unila.ac.id/id/eprint/29010>
- Subagia, I. N. (2021). *Pola asuh orang tua: Faktor & implikasi terhadap perkembangan karakter anak* (Cetakan Pe). Nilacakra Publisher House.
- Sugiyono. (2009). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D* (Cetakan Ke). CV. Alfabeta.
- Sunarty, K. (2016). Hubungan pola asuh orangtua dan kemandirian anak. *Journal of Educational Science and Technology (EST)*, 2(3), 152–160. <https://doi.org/10.26858/est.v2i3.3214>
- Ulfa, R. (2019). Variabel dalam penelitian pendidikan. *Jurnal Teknodik*, 6115(1), 196–215. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.554>
- Widiastuti, N., & Elshap, D. S. (2015). Pola asuh orang tua sebagai upaya menumbuhkan sikap tanggung jawab pada anak dalam menggunakan teknologi komunikasi. *P2M STKIP Siliwangi*, 2(2), 148. <https://doi.org/10.22460/p2m.v2i2p148-159.174>
- Wijaya, N. H. S., & Rinaldi, E. (2019). *Parenting style, risk propensity, and entrepreneurial interest*. 296–301. <https://doi.org/10.5220/0008492102960301>
- Yapono, F. (2013). Konsep-diri, kecerdasan emosi dan efikasi-diri. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3), 208–216. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i3.136>
- Yildirim, C. (2014). *Exploring the dimensions of nomophobia : Developing and validating a questionnaire using mixed methods research*.

<https://lib.dr.iastate.edu/etd/14005>

- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49(October 2017), 130–137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>
- Yulikhah, S., Bukhori, B., & Murtadho, A. (2019). Self concept, self efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student. *Psikohumaniora*, 4(1), 65–76. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v4i1.3196>
- Yuniati, Y., Yuningsih, A., & Nurahmawati, N. (2015). Konsep diri remaja dalam komunikasi sosial melalui “smartphone.” *MIMBAR, Jurnal Sosial dan Pembangunan*, 31(2), 439. <https://doi.org/10.29313/mimbar.v31i2.1552>

**LAMPIRAN 1**  
**SKALA UJI COBA**  
**SKALA KUESIONER**

**ANGKET PENELITIAN**

Bismillahirrahmanirrahim  
Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Perkenalkan saya Niken Ade Shofi Infithaaryanti, mahasiswi Prodi Psikologi (S1) Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang Angkatan 2019. Saat ini, saya sedang melakukan uji coba pengukuran skala untuk keperluan tugas akhir/skripsi. Oleh karena itu, apabila saudara/i memenuhi kriteria berikut :

1. Berusia 15-19 Tahun
2. Siswa SMA Aktif

Saya memohon kesediaan Saudara/i untuk mengisi kuesioner ini. Semua data dan informasi yang diisikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan skripsi.

Apabila memiliki pertanyaan lebih lanjut, silakan menghubungi saya melalui e-mail [nikeninfith@gmail.com](mailto:nikeninfith@gmail.com)

Atas partisipasi dan kesediaan Saudara/i, saya mengucapkan terimakasih.

Hormat Saya,  
Niken Ade Shofi Infithaaryanti

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Petunjuk Pengerjaan

Berikut ini merupakan beberapa pertanyaan dan pernyataan yang bisa jadi sesuai maupun tidak dengan diri Saudara/i. Tunjukkan tingkat kesesuaian Saudara/i terhadap setiap pernyataan dengan memilih salah satu jawaban. Dalam pengisian kuesioner ini, tidak ada jawaban BENAR atau SALAH. Silakan menjawab sesuai dengan keadaan yang Saudara/i alami.

Keterangan:

- a.) STS : Sangat Tidak Sesuai
- b.) TS : Tidak Sesuai
- c.) S : Sesuai
- d.) SS : Sangat Sesuai

### A. Identitas Responden

Nama :  
Jenis Kelamin :  
Usia :  
Kelas :

### Skala 1

NO.	PERNYATAAN	SKOR			
		SS	S	TS	STS
1.	Jika smartphone tertinggal, saya takut keluarga kesulitan menghubungi saya.				
2.	Saya tetap tenang walaupun orang lain membalas pesan saya dalam jangka waktu yang lama.				
3.	Saya merasa takut saat terputus dari koneksi online karena bingung harus melakukan apa.				
4.	Ketika kehilangan sinyal biasanya saya tidak memperdulikannya dan meletakkan smartphone begitu saja				
5.	Saya merasa cemas saat mesin pencari informasi seperti google tidak bisa diakses.				
6.	Jika terkendala mengakses informasi melalui smartphone, saya memilih untuk bertanya langsung kepada teman.				
7.	Saya merasa cemas ketika baterai smartphone saya habis				
8.	Saya sanggup membatasi diri untuk tidak scrolling media sosial dalam sehari.				
9.	Saya tetap tenang saat smartphone tertinggal di rumah				
10.	Setiap beberapa menit sekali saya membuka smartphone untuk memeriksa notifikasi dari aplikasi chatting.				

11	Saya tidak masalah ketika berada di daerah dengan sinyal yang buruk.				
12	Saya tidak malu untuk bertanya kata sandi (password) wifi di tempat umum demi menjamin ketersediaan konektivitas di smartphone saya.				
13	Saya lebih menyukai mencari informasi lewat buku daripada browsing melalui smartphone.				
14	Saya merasa panik saat kesulitan mendapatkan informasi yang saya butuhkan.				
15	Apabila sosial media mengalami masalah (server down) saya lebih memilih untuk mengabaikannya.				
16	Saya merasa gelisah jika sebelum tidur tidak membuka smartphone terlebih dahulu.				
17	Saya memastikan smartphone menyala selama 24 jam agar dapat menghubungi orang lain.				
18	Saya tidak harus setiap saat menggunakan smartphone karena ada alternatif lain untuk berkomunikasi.				
19	Saya takut jika kuota saya habis karena dapat mengakibatkan konektivitas saya terganggu.				
20	Saya masih bisa fokus dalam mengerjakan tugas meskipun koneksi internet saya buruk.				
21	Saya takut melewatkan informasi baru ketika ada kendala dalam mengakses smartphone.				
22	Saya tetap enjoy meskipun tertinggal berita terkini melalui smartphone.				
23	Saya kehilangan kepercayaan diri jika tidak membuka media sosial.				

24	Saya menyimpan smartphone saat sedang berbicara dengan orang lain.				
25	Tidak masalah bagi saya ketika terkendala saat menggunakan smartphone untuk berkomunikasi dengan orang lain.				
26	Saya lebih merasa nyaman berkomunikasi melalui fitur chatting dibanding tatap muka secara langsung dengan lawan bicara.				
27	Saya tidak terganggu ketika paket data habis.				
28	Saya sulit berkonsentrasi saat mengerjakan tugas jika koneksi internet terganggu karena internet adalah penunjang utama kebutuhan belajar saya.				
29	Saya tetap tenang saat ada kendala ketika mencari informasi melalui smartphone.				
30	Tertinggal informasi terkini yang ada pada smartphone seperti informasi cuaca, banjir, dll membuat saya panik.				
31	Saya merasa nyaman meskipun berada di tempat yang terdapat larangan menggunakan smartphone.				
32	Saya merasa gelisah ketika sehari tidak bermain game online melalui smartphone.				

### Skala 2

NO.	PERNYATAAN	SKOR			
		SS	S	TS	STS
1.	Jika saya tidak mengerjakan tugas orang tua hanya membiarkannya saja.				

2.	Saat berada di rumah, orang tua membiarkan saya menggunakan pakaian terbuka				
3.	Orang tua mendampingi saya ketika belajar di rumah.				
4.	Orang tua melarang saya menggunakan pakaian terbuka di rumah				
5.	Orang tua lebih memilih beristirahat daripada mendampingi saya belajar.				
6.	Tidak ada aturan bermain gadget di rumah walaupun saya sampai lupa belajar.				
7.	Orang tua memastikan saya mengerjakan semua tugas sekolah dengan baik.				
8.	Orang tua saya menetapkan batasan tentang lamanya waktu bermain gadget.				
9.	Orang tua tidak memberikan hukuman meskipun saya melakukan kesalahan dengan sengaja.				
10	Orang tua acuh ketika saya mendapatkan juara kelas.				
11	Orang tua menghukum saya ketika saya melakukan kesalahan.				
12	Orang tua saya memuji ketika saya mendapatkan juara kelas.				
13	Ketika saya melanggar peraturan, orang tua tidak pernah memarahi.				
14	Orang tua saya cuek ketika ada orang lain yang memuji saya.				
15	Orang tua menegur saya dengan baik ketika saya berbuat salah.				
16	Orang tua saya ikut memuji ketika saya dipuji orang lain.				
17	Saya dibiarkan walaupun melanggar aturan yang dibuat oleh orang tua.				

18	Ketika saya pulang terlambat, orang tua memakluminya.				
19	Saya dipaksa untuk mematuhi semua aturan yang dibuat oleh orang tua.				
20	Saya diminta untuk tetap pulang tepat waktu meskipun ada hal penting yang belum selesai saya lakukan.				
21	Orang tua membiarkan saya memilih universitas pilihan saya sendiri				
22	Orang tua acuh dengan setiap kegiatan yang saya lakukan				
23	Orang tua memaksakan kehendaknya kepada saya mengenai sekolah atau universitas pilihannya.				
24	Orang tua saya memperhatikan setiap kegiatan yang saya lakukan.				
25	Saya merasa takut untuk menceritakan keluh kesah pada orang tua				
26	Saya diberikan kebebasan oleh orang tua untuk membuat keputusan sendiri.				
27	Saya merasa mudah untuk menceritakan keadaan yang saya alami pada orang tua				
28	Orang tua melibatkan saya dalam membahas kehidupan sehari-hari.				
29	Saya takut untuk meminta pendapat kepada orang tua.				
30	Saya kurang dilibatkan mengenai kehidupan sehari-hari oleh orang tua karena dianggap masih kecil.				
31	Ketika saya merasa bingung mengenai suatu hal maka saya akan langsung meminta pendapat pada orang tua.				

32	Saya mendiskusikan dengan orang tua tentang keputusan yang saya ambil.				
----	--	--	--	--	--

### Skala 3

NO.	PERNYATAAN	SKOR			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya percaya bahwa setiap orang memiliki kelebihan dari fisiknya, begitu juga dengan saya.				
2.	Saya minder dengan penampilan saya yang apa adanya.				
3.	Saya dapat diterima dengan baik oleh teman-teman				
4.	Saya adalah orang yang sulit memahami penjelasan guru ketika di kelas dibanding teman yang lain				
5.	Saya mudah tersinggung saat ada orang lain yang menilai kondisi fisik saya.				
6.	Saya tetap merasa nyaman meskipun memakai pakaian yang sederhana				
7.	Saya merasa hampa meskipun dikelilingi banyak teman.				
8.	Saya mudah memahami setiap penjelasan yang diberikan oleh guru.				
9.	Saya percaya semua yang ada dalam tubuh saya menarik.				
10	Saya merasa penampilan saya dianggap aneh oleh orang lain				
11	Saya merasa bahagia setiap saat				
12	Walaupun saya sudah berusaha sungguh-sungguh, pencapaian saya tetap di bawah orang lain.				
13	Saya merasa fisik saya tidak menarik				
14	Saya merasa orang lain menyukai gaya berpakaian saya.				

15	Saya berpikir hidup saya tidak bahagia.				
16	Penentu keberhasilan saya adalah saya sendiri, bukan orang lain.				

Terima kasih atas partisipasinya  
Semoga harimu menyenangkan 😊😊

## LAMPIRAN 2

### HASIL UJI COBA SKALA

### UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

#### UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA 1

##### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	77.56	121.633	-.024	.860
Y2	78.60	117.435	.193	.857
Y3	78.07	108.971	.615	.844
Y4	78.51	119.732	.062	.860
Y5	77.93	113.924	.529	.849
Y6	78.19	113.203	.471	.849
Y7	78.26	110.195	.495	.848
Y8	78.67	111.891	.472	.849
Y9	77.88	112.296	.504	.848
Y10	78.09	112.896	.415	.850
Y11	78.28	115.254	.394	.851
Y12	78.47	123.540	-.133	.867
Y13	77.81	115.774	.304	.853
Y14	77.81	113.155	.533	.848
Y15	78.23	115.326	.353	.852
Y16	78.53	110.159	.539	.847
Y17	78.51	115.018	.306	.854
Y18	78.56	111.443	.624	.846
Y19	78.07	111.352	.588	.846
Y20	78.40	117.959	.211	.855
Y21	78.12	112.962	.423	.850
Y22	78.63	115.573	.347	.852

Y23	78.86	114.075	.529	.849
Y24	79.09	115.944	.332	.853
Y25	78.35	117.280	.206	.856
Y26	78.42	115.773	.242	.856
Y27	78.14	113.075	.486	.849
Y28	77.93	113.638	.445	.850
Y29	78.47	115.493	.436	.851
Y30	78.63	115.192	.443	.850
Y31	78.35	114.614	.359	.852
Y32	78.53	115.921	.240	.856

#### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	43	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	43	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliabilitas Skala *Nomophobia* saat butir gugur

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.856	32

Reliabilitas Skala *Nomoophobia* setelah butir gugur

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.882	24

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA 2

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1.1	71.30	86.883	.550	.782
X1.2	70.95	88.283	.311	.791
X1.3	70.72	88.873	.315	.790
X1.4	71.30	92.121	.123	.798
X1.5	70.63	91.620	.141	.798
X1.6	70.84	88.187	.339	.789
X1.7	71.42	90.106	.354	.790
X1.8	71.00	88.571	.371	.788
X1.9	70.95	90.569	.187	.796
X1.10	70.67	81.939	.659	.773
X1.11	70.93	96.019	-.130	.807
X1.12	70.65	88.566	.348	.789
X1.13	71.37	86.573	.498	.783
X1.14	70.70	87.645	.448	.785
X1.15	71.05	90.522	.193	.796
X1.16	71.00	90.048	.317	.791
X1.17	71.16	84.140	.610	.777
X1.18	71.23	83.468	.645	.775
X1.19	71.09	94.563	-.036	.804
X1.20	70.81	94.107	-.017	.805
X1.21	70.16	91.378	.188	.795
X1.22	71.21	87.074	.476	.784
X1.23	70.44	95.491	-.094	.807
X1.24	71.42	91.583	.301	.792
X1.25	70.19	88.488	.300	.791
X1.26	70.21	91.217	.200	.795
X1.27	70.49	92.875	.053	.802
X1.28	70.95	90.664	.231	.794
X1.29	70.37	87.525	.382	.787
X1.30	70.84	88.378	.388	.788
X1.31	70.81	85.488	.505	.782
X1.32	71.16	88.568	.433	.787

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	43	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	43	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliabilitas Skala Pola Asuh Permisif saat butir gugur

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.796	32

Reliabilitas Skala Pola Asuh Permisif setelah butir gugur

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.857	20

### UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS SKALA 3

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2.1	38.12	37.772	.131	.798
X2.2	39.19	32.774	.517	.773
X2.3	38.30	38.454	.000	.808
X2.4	39.26	36.290	.311	.789
X2.5	39.40	31.197	.703	.757
X2.6	38.65	34.614	.450	.780
X2.7	39.47	34.064	.396	.784
X2.8	39.07	35.638	.361	.786
X2.9	38.86	32.885	.575	.769
X2.10	39.77	34.564	.518	.776
X2.11	39.21	32.931	.523	.773
X2.12	38.86	39.075	-.075	.816
X2.13	39.51	31.208	.722	.756
X2.14	39.21	35.074	.300	.791
X2.15	38.91	31.039	.721	.755
X2.16	38.30	37.787	.061	.807

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	43	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	43	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliabilitas Skala Konsep Diri saat butir gugur

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.795	16

## Reliabilitas Skala Konsep Diri setelah butir gugur

Cronbach's Alpha	N of Items
.861	12

### LAMPIRAN 3 SKALA PENELITIAN

#### ANGKET PENELITIAN

##### B. Pengantar

Angket penelitian ini dibuat sebagai alat pengumpul data bagi peneliti. Dalam angket ini, anda diminta untuk memberikan jawaban secara jujur dan sesuai dengan apa yang anda alami. Kesiediaan anda dalam mengisi angket ini sangat berharga bagi peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini. Atas ketersediaannya peneliti mengucapkan terima kasih.

##### C. Petunjuk Pengisian

1. Isilah data identitas diri anda di bawah ini secara lengkap.
2. Bacalah setiap pernyataan dengan cermat dan teliti, kemudian isilah pernyataan tersebut sesuai dengan kondisi yang anda alami sebenarnya.
3. Berikan skor pada setiap butir pernyataan dengan cara membubuhkan tanda checklist (**v**) pada kolom (**SS,S,TS,atau STS**) sesuai dengan kriteria sebagai berikut:  
**(SS) Sangat Sesuai**  
**(S) Sesuai**  
**(TS) Tidak Sesuai**  
**(STS) Sangat Tidak Sesuai**
4. Sebelum anda mengembalikan lembar angket pada peneliti, periksalah kembali jawaban anda dan pastikan semua pernyataan telah diisi.
5. Tidak ada jawaban benar atau salah, tetapi jawaban yang jujur sangat diharapkan.

##### D. Identitas Responden

Nama :  
Jenis Kelamin :  
Usia :  
Kelas :

### Skala 1

NO.	PERNYATAAN	SKOR			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa takut saat terputus dari koneksi online karena bingung harus melakukan apa.				
2.	Saya merasa cemas saat mesin pencari informasi seperti google tidak bisa diakses.				
3.	Saya tetap merasa tenang meskipun sulit mengakses informasi melalui smartphone.				
4.	Saya merasa cemas ketika baterai smartphone saya habis.				
5.	Saya sanggup membatasi diri untuk tidak scrolling media sosial dalam sehari.				
6.	Saya tetap tenang saat smartphone tertinggal di rumah.				
7.	Setiap beberapa menit sekali saya membuka smartphone untuk memeriksa notifikasi dari aplikasi chatting.				
8.	Tidak ada ketakutan dalam diri saya ketika berada di daerah dengan sinyal yang buruk.				
9.	Saya lebih menyukai mencari informasi lewat buku daripada browsing melalui smartphone.				
10.	Saya merasa panik saat kesulitan mendapatkan informasi yang saya butuhkan.				
11.	Saya tetap tenang meskipun sosial media sedang mengalami masalah (server down) dan memilih untuk mengabaikannya.				
12.	Saya merasa gelisah jika sebelum tidur tidak membuka smartphone terlebih dahulu.				

13.	Saya memastikan smartphone menyala selama 24 jam agar dapat menghubungi orang lain.				
14.	Saya tidak harus setiap saat menggunakan smartphone karena ada alternatif lain untuk berkomunikasi.				
15.	Saya takut jika kuota saya habis karena dapat mengakibatkan konektivitas saya terganggu.				
16.	Saya takut melewatkan informasi baru ketika ada kendala dalam mengakses smartphone.				
17.	Saya tetap merasa tenang meskipun tertinggal berita terkini melalui smartphone.				
18.	Saya kehilangan kepercayaan diri jika tidak membuka media sosial.				
19.	Saya menyimpan smartphone saat sedang berbicara dengan orang lain.				
20.	Saya tidak terganggu ketika paket data habis.				
21.	Saya sulit berkonsentrasi saat mengerjakan tugas jika koneksi internet terganggu, karena internet adalah penunjang utama kebutuhan belajar saya.				
22.	Saya tetap tenang saat ada kendala ketika mencari informasi melalui smartphone.				
23.	Tertinggal informasi terkini yang ada pada smartphone seperti informasi cuaca, banjir, dll membuat saya panik.				
24.	Saya merasa nyaman meskipun berada di tempat yang terdapat larangan menggunakan smartphone.				

**Skala 2**

NO.	PERNYATAAN	SKOR			
		SS	S	TS	STS
1.	Orang tua membiarkan saya tidak mengerjakan tugas.				
2.	Tidak ada aturan dari orang tua mengenai lamanya waktu menonton televisi, film, drakor, dll walaupun hingga larut malam.				
3.	Orang tua menyarankan saya untuk mengikuti les atau bimbingan belajar agar pola belajar saya lebih tertata.				
4.	Tidak ada aturan bermain gadget di rumah walaupun saya sampai lupa belajar.				
5.	Orang tua menasehati saya agar mengerjakan tugas sekolah sebelum tenggang waktu pengumpulan.				
6.	Orang tua saya menetapkan batasan tentang lamanya waktu bermain gadget.				
7.	Tidak ada ucapan selamat dari orang tua ketika saya mendapatkan prestasi di sekolah.				
8.	Orang tua saya memberi hadiah saat saya berprestasi di sekolah.				
9.	Orang tua saya tidak peduli ketika saya ketahuan membolos les atau sekolah.				
10.	Ketika saya membantu orang lain, tidak ada pujian dari orang tua saya.				
11.	Orang tua saya ikut memuji ketika saya dipuji orang lain.				
12.	Saya dibiarkan walaupun melanggar perkataan orang tua.				
13.	Ketika saya pulang terlambat, orang tua membiarkannya.				

14.	Orang tua membiarkan saya berbuat sesuka hati walaupun melanggar tata tertib yang telah ditetapkan di rumah.				
15.	Orang tua menasehati saya tentang mana hal yang boleh dan tidak untuk dilakukan sesuai dengan aturan yang ada di rumah.				
16.	Saya merasa takut untuk menceritakan keluh kesah pada orang tua.				
17.	Saya takut untuk meminta pendapat kepada orang tua.				
18.	Saya kurang dilibatkan mengenai kehidupan sehari-hari oleh orang tua.				
19.	Ketika saya merasa bingung mengenai suatu hal maka saya akan langsung meminta pendapat pada orang tua.				
20.	Saya mendiskusikan dengan orang tua tentang keputusan yang saya ambil.				

### Skala 3

NO.	PERNYATAAN	SKOR			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya minder dengan penampilan saya yang apa adanya.				
2.	Dibanding teman yang lain, saya lebih merasa kesulitan untuk memahami materi pembelajaran yang dijelaskan oleh guru.				
3.	Saya merasa lebih banyak kekurangan dibanding kelebihan dari fisik saya.				
4.	Saya tetap merasa berharga meskipun memakai pakaian yang sederhana.				

5.	Saya berpikir banyak pengalaman hidup saya yang menyedihkan.				
6.	Saya mudah memahami materi pembelajaran yang dijelaskan oleh guru.				
7.	Saya percaya bahwa saya memiliki badan yang sehat.				
8.	Saya berpikir penampilan saya tidak semenarik orang lain.				
9.	Saya merasa bahagia setiap saat.				
10.	Saya merasa fisik saya tidak menarik.				
11.	Saya berpikir orang lain menyukai gaya berpakaian saya.				
12.	Saya berpikir hidup saya tidak bahagia.				

Terima kasih atas partisipasinya  
Semoga harimu menyenangkan 😊😊

## LAMPIRAN 4

### SURAT IJIN PENELITIAN

**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH**  
**DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN**  
**CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH XIII**  
Jalan Soekarno-Hatta No.96 Kelurahan Bugangin Kendal 51314 Telp. (0294) 3691319  
Surat Elektronik : cabdin.xiii@gmail.com

---

**SURAT REKOMENDASI**  
Nomor : 544.2/26-12 /IV/2024

Menunjuk surat dari Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang Nomor : 3844/Un.10.7/D1/KM.00.01/04/2024,tanggal 27 April 2024, perihal Ijin Penelitian a.n. :

Nama : **Niken Ade Shofi Infithaaryanti**  
NIM : 1907016135  
Program Studi : Psikologi  
Judul Penelitian : Pengaruh Pola Asuh Permisif dan Konsep Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Nomophobia pada Siswa SMA Negeri 1 Kendal  
Tempat Penelitian : SMA Negeri 1 Kendal  
Tanggal Penelitian : 29 April 2024 sd selesai  
Dosen Pembimbing : 1. Wening Wihartati  
2. Nadya Ariyani Hasanah Nuriyyatining

Pada dasarnya kami sangat mengapresiasi dan memberikan rekomendasi untuk kegiatan tersebut, dengan catatan :

1. Melaksanakan Penelitian dengan sungguh-sungguh dan mengikuti prosedur yang ada;
2. Kegiatan Penelitian memperhatikan protokol Kesehatan sesuai standar yang berlaku;
3. Kegiatan Penelitian bermanfaat untuk proses belajar mengajar di sekolah;
4. Kegiatan Penelitian tidak Mengganggu Kegiatan Belajar Mengajar;
5. Melaporkan hasil kegiatan Penelitian ke Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Jawa Tengah dan Cabang Dinas Pendidikan Wilayah XIII.

Demikian rekomendasi ini kami buat, untuk di pedomani dalam pelaksanaanya.

Kendal, 25 April 2024  
a.n. KEPALA CABANG DINAS PENDIDIKAN  
Wilayah XIII  
Kepala Seksi SMA/SLB

  
**ADHELIKA MAHMUDIAH, SE, Akt.**  
Pembina Tk. I  
NIP. 19830919 200903 2 005

**Tembusan**, Kepada Yth. :  
1. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Jawa Tengah (sebagai laporan);  
2. Pengawas Sekolah Menengah dan Khusus.



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
Jl. Prof. Dr. Hamka Kampus III Ngaliyan telp/Fax (024)7608454 Semarang 50185

Nomor : 3844/Un.10.7/D1/KM.00.01/04/2024  
Lamp : -  
Hal : Permohonan Ijin Riset/Penelitian

Kepada Yth :  
Kepala SMA Negeri 1 Kendal  
Di Tempat

Dengan hormat,

Kami sampaikan bahwa dalam rangka penyusunan Skripsi untuk mencapai gelar kesarjanaan pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, dengan ini kami memohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan surat pengantar izin riset kepada :

Nama : Niken Ade Shofi Infithaaryanti  
NIM : 1907016135  
Program Studi : Psikologi  
Judul Skripsi : Pengaruh Pola Asuh Permisif dan Konsep Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku Nomophobia pada Siswa SMA Negeri 1 Kendal  
Dosen Pembimbing : Wening Wihartati dan Nadya Ariyani Hasanah Nuriyyatiningrum  
Waktu Penelitian : Maret 2024 sd selesai  
Lokasi Penelitian : SMA Negeri 1 Kendal

Demikian surat permohonan riset, dan dipergunakan sebagaimana mestinya.  
*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Semarang, 24 April 2024

Mengetahui  
An. Dekan  
Wakil Dekan Bidang Akademik &  
Kelembagaan

Nadiatus Salama, Ph.D

## LAMPIRAN 5

### DAFTAR RIWAYAT HIDUP

#### A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Niken Ade Shofi Infithaaryanti
2. Tempat, Tanggal Lahir : Kendal, 12 Januari 2001
3. Alamat Domisili : Jl. Karangembang, Gg. Cemara sari 2, Rt 01/Rw 04 Kel. Karang Sari, Kec. Kendal, Kab. Kendal
4. Nomor HP : 0882003282439
5. Email : [nikeninfith@gmail.com](mailto:nikeninfith@gmail.com)

#### B. Riwayat Pendidikan

1. Sekolah Dasar  
SD N 2 Patukangan Kendal
2. Sekolah Menengah Pertama  
SMP N 2 Kendal
3. Sekolah Menengah Atas  
SMA N 1 Kendal
4. Universitas  
S1 Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

#### C. Pengalaman Organisasi dan Magang

1. Pengalaman Organisasi  
IMAKEN (Ikatan Mahasiswa Kendal) – 2019-2020  
KPSR (Kelompok Peduli Sosial dan Remaja) – 2019-2021
2. Pengalaman Magang  
Sekretariat Daerah Kabupaten Kendal (Bag. Kesejahteraan Rakyat) – 2022