

Hubungan performa akademik dan jenis kelamin dengan *Nomophobia* pada siswa SMA

Monica Laurencia Simon^{a,1}, Tjam Diana Samara^{b,2*}

^{a,b} Fakultas Kedokteran, Universitas Trisakti, Jakarta

¹monica030002000073@std.trisakti.ac.id; ²dianasamara@trisakti.ac.id*

* corresponding author

INFO ARTIKEL

Article history

Received : 5 Juni 2025

Revised : 1 Juli 2025

Accepted : 25 Juli 2025

Keywords

Performa akademik

Jenis kelamin

Nomophobia

ABSTRAK

Smartphone, alat komunikasi dan komputer, meningkatkan kebiasaan penggunaan selama pandemi, mencapai 210,77 juta pengguna di Indonesia pada 2021. *Smartphone* berperan penting dalam berbagai bidang, termasuk pembelajaran (performa akademik) dan pekerjaan jarak jauh, dan melibatkan baik yang berjenis kelamin laki-laki maupun perempuan. Kemajuan teknologi menyebabkan ketergantungan pengguna, dikenal sebagai *nomophobia*, yang terkait dengan ketakutan kehilangan ponsel. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara performa akademik jenis kelamin dengan kejadian *nomophobia* siswa SMA. Studi ini merupakan penelitian analitik observasional dengan desain *cross-sectional*, melibatkan 86 responden sebagai sampel. Pengumpulan data dilakukan menggunakan *Nomophobia Questionnaire* yang telah diuji validitas oleh Yildirim, *et al*, untuk menilai kejadian *nomophobia*. Selain itu, kuesioner juga mencakup pertanyaan terkait jenis kelamin, dan data nilai raport kelas 10 semester dua. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan uji *Chi-square* dan uji *Fisher* dengan tingkat signifikansi $<0,05$. Penelitian ini sebagian besar terdiri dari responden perempuan, dengan 58,3% mengalami *nomophobia* sedang. Hampir seluruh siswa yang memiliki performa akademik sangat baik berjumlah 98,8% dari total 86 responden. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara performa akademik dengan kejadian *nomophobia* ($p=0,657$). Namun, terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dan kejadian *nomophobia* ($p = 0,014$). Kesimpulan dari penelitian ini, tidak ada hubungan antara performa akademik dan *nomophobia*. Namun, terdapat hubungan antara jenis kelamin dan *nomophobia*.



This is an open access article under the [CC-BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license.

1. Pendahuluan

Penggunaan *smartphone* dewasa ini semakin meningkat seiringnya pandemi *Covid-19* yang tidak memungkinkan masyarakat dari seluruh dunia untuk beraktivitas di luar rumah dan menjadikannya sebagai kebiasaan untuk menggunakan *smartphone* lebih sering dari sebelum pandemi *Covid-19* (Chemnad K *et al.*, 2022). Pada tahun 2021, jumlah pengguna *smartphone* di Indonesia mencapai 210,77 juta, menjadikan Indonesia sebagai negara dengan peringkat keempat tertinggi dalam hal penggunaan *smartphone* (Statista, 2022). Negara-negara dengan peringkat lebih tinggi adalah Tiongkok, India, dan Amerika Serikat (Kominfo, 2014).

Kemajuan teknologi yang semakin canggih dan kegunaan yang tinggi pada *smartphone* dapat menyebabkan ketergantungan pada pengguna, yang sering disebut sebagai *nomophobia*. Fenomena ini terjadi karena penggunaan yang berlebihan dan ketergantungan pada *smartphone* yang memiliki teknologi yang terus berkembang (Alahmari MS *et al.*, 2018). *Nomophobia* adalah singkatan dari *NO MOBILE PHONE PHOBIA*. *Nomophobia* ini memiliki makna sebagai kecemasan atau ketakutan yang dimiliki seseorang ketika mereka tidak dapat menggunakan atau tanpa *handphone* mereka (Bhattacharya S *et al.*, 2019). Sharma *et al.* (2020) menemukan bahwa sekitar 41% remaja menunjukkan karakteristik *nomophobia*, dengan 5,9% di antaranya tergolong berat.

Anak-anak dan remaja yang aktif bersekolah terlibat dalam proses pembelajaran di sekolah, termasuk belajar, berkomunikasi, dan mengerjakan tugas serta proyek. Evaluasi performa akademik dilakukan melalui pemberian rapor setiap akhir bulan atau beberapa bulan. Dalam era digital, penggunaan internet menjadi penting untuk menyelesaikan tugas dan mempersiapkan diri untuk ujian lebih tinggi (Alahmari MS *et al.*, 2018)

Penelitian Samaha M dan Hawi NS (2017) menunjukkan hubungan tinggi antara penggunaan *smartphone* dan performa akademik rendah akibat kepuasan hidup yang rendah. Lepp A *et al.* (2015) menemukan hubungan negatif antara penggunaan *smartphone* dan indeks performa kumulatif mahasiswa. Namun, Qutishat M *et al.* (2020) menyimpulkan bahwa meskipun tingginya kejadian *nomophobia* (99,33%), tidak terdapat hubungan signifikan dengan performa akademik yang negatif. Penelitian Ahmed S *et al.* (2023) juga menunjukkan ketidakadaan hubungan yang kuat antara kejadian *nomophobia* dan pengaruh terhadap performa akademik.

Penelitian mengenai hubungan antara kejadian *nomophobia* dan performa akademik menunjukkan variasi hasil terkait jenis kelamin. Alwafi H *et al.* (2022) dan Notara V *et al.* (2021) menemukan bahwa laki-laki lebih rentan terhadap *nomophobia* dibandingkan

perempuan, dengan fokus penggunaan *smartphone* yang berbeda. Namun, Aldhahir AM *et al.* (2023) dan Qutishat M *et al.* (2020) menyimpulkan sebaliknya, bahwa perempuan lebih rentan terhadap *nomophobia*. Penelitian Çolak M & Yalçinkaya-Önder E (2020) menegaskan bahwa jenis kelamin tidak memiliki hubungan yang kuat dengan kejadian *nomophobia*.

Adanya perbedaan hasil yang bervariasi dari hubungan antara performa akademik dan jenis kelamin dengan kejadian *nomophobia*, maka peneliti memilih kedua variabel tersebut (jenis kelamin dan performa akademik) untuk mengetahui bagaimana hubungannya dengan kejadian *nomophobia* pada siswa sebuah SMA yang berlokasi di Jakarta.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik *cross-sectional* dengan hipotesa penelitian adalah terdapat hubungan antara performa akademik dan jenis kelamin dengan *nomophobia* pada siswa SMA. Penelitian memilih kelas XI karena siswa kelas X masih beradaptasi, sementara siswa kelas XII fokus pada ujian sekolah. SMA Global Prestasi dipilih sebagai sampel karena siswa di sekolah ini dapat memahami Bahasa Inggris, yang digunakan dalam sebagian besar mata pelajaran.

Sampel penelitian terdiri dari siswa kelas XI aktif di SMA Global Prestasi yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Metode pengambilan sampel menggunakan total sampling, melibatkan seluruh siswa kelas XI SMA Global Prestasi, dimana dari 103 siswa yang ada hanya 86 yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi melibatkan siswa aktif dan dapat memahami bahasa Inggris, sementara kriteria eksklusi mencakup siswa yang sedang menjalani *cognitive behavioural treatment* (CBT) dan yang menolak berpartisipasi.

Bahan dan instrumen penelitian ini adalah kuesioner elektronik melalui *Google Form* yang diberikan kepada responden. Penelitian menggunakan data primer dan sekunder dari kuesioner dan buku rapor. Variabel yang diteliti adalah *nomophobia* dan performa akademik. Untuk performa akademik, peneliti akan menggunakan data sekunder dari buku rapor sampel, dengan memperhatikan nilai rata-rata satu semester sebelumnya.

Variabel *nomophobia* diukur menggunakan *Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)* yang terdiri dari 20 pernyataan dengan skala Likert 1-7 (Ahmed S *et al.*, 2023). Skor total berkisar 20-140, di mana 20 menunjukkan tidak adanya *nomophobia*. Skor 21-59 menunjukkan tingkat *nomophobia* ringan, 60-99 menunjukkan tingkat *nomophobia* sedang, dan skor 100-140 menunjukkan tingkat *nomophobia* berat.

Pernyataan-pernyataan dalam *NMP-Q* ini terbagi dalam empat dimensi, di mana pernyataan nomor 1-4 mencakup "*not being able to communicate*," pernyataan nomor 5-9 mencakup "*losing connectedness*," pernyataan nomor 10- 15 mencakup "*not being able to access information*," dan pernyataan nomor 16- 20 mencakup "*giving up conveniences*." "*Not being able to communicate*" mencakup perasaan kehilangan kontak langsung dan ketidakmampuan menggunakan layanan komunikasi instan. Aspek-aspeknya melibatkan emosi terkait ketidakmampuan berkomunikasi dan frustrasi karena tidak dapat dihubungi.

"*Losing connectedness*" mencakup dampak emosional dari kehilangan konektivitas *smartphone* secara berkelanjutan dan perasaan terputus dari identitas online, terutama di media sosial. Dimensi "*not being able to access information*" melibatkan ketidaknyamanan terkait hilangnya akses *smartphone* terhadap informasi, khususnya ketidakmampuan mengambil dan mencari informasi melalui *smartphone*. Sementara itu, dimensi "*giving up conveniences*" berkaitan dengan perasaan mengorbankan kenyamanan yang ditawarkan oleh *smartphone* dan keinginan untuk memanfaatkan kenyamanan tersebut semaksimal mungkin.

Tabel 1. Interpretasi hasil *NMP-Q*⁹

Score	<i>Nomophobia</i> Level
<i>NMP-Q</i> Score = 20	<i>Absent</i>
$21 \leq \textit{NMP-Q}$ Score < 60	<i>Mild</i>
$60 \leq \textit{NMP-Q}$ < 100	<i>Moderate</i>
$100 \leq \textit{NMP-Q}$ Score \leq 140	<i>Severe</i>

3. Hasil dan Pembahasan

Tabel 2 menunjukkan dari total 86 subjek penelitian, mayoritas berusia 16 tahun (83,7%), terutama siswa perempuan (55,8%). Performa akademik sebagian besar sangat baik (98,8%) siswa. Siswa paling banyak menunjukkan moderate *nomophobia* (54,7%).

Hasil penelitian pada siswa kelas XI menunjukkan bahwa sebagian besar siswa yang memiliki performa akademik sangat baik juga mengalami kejadian *mild* dan *moderate nomophobia*, yaitu masing-masing 16,5% dan 54,1%. Tidak ada siswa yang tidak mengalami *nomophobia*; sementara 29,4% mengalami *severe nomophobia*. Distribusi ini sejalan dengan penelitian Essel HB *et al.*, (2021) yang menunjukkan mayoritas responden mengalami *nomophobia* sedang sebesar 58,5%. Hasil serupa juga ditemukan oleh Qutishat M *et al.* (2020) dengan persentase moderate *nomophobia* mencapai 65%. Namun, hasil berbeda ditemukan dalam studi Al-shaikh A *et al.* (2019) di mana tingkat mild *nomophobia*

justru paling dominan sebesar 63,2%, serta 14,7% responden tidak mengalami *nomophobia* sama sekali. Hal ini berbeda dengan temuan dalam penelitian ini yang tidak menemukan adanya kasus "*absent nomophobia*", menunjukkan tingkat ketergantungan *smartphone* yang relatif tinggi di kalangan responden penelitian ini.

Tabel 2 Ditribusi Karakteristik Subjek Penelitian (n=86)

Distribusi Frekuensi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	48	55,8
Laki-laki	38	44,2
Usia		
15 tahun	7	8,1
16 tahun	72	83,7
17 tahun	7	8,1
Nomophobia		
<i>Absent</i>	0	0
<i>Mild</i>	14	16,3
<i>Moderate</i>	47	54,7
<i>Severe</i>	25	29,1
Performa Akademik		
Perlu Bimbingan	0	0
Cukup	0	0
Baik	1	1,2
Sangat Baik	85	98,8

Mayoritas responden berusia 16 tahun (83,7%) yang selaras dengan penelitian Nguyen BTN *et al.* (2022), di mana prevalensi tertinggi *nomophobia* juga terjadi pada usia 16 tahun. Hal ini menegaskan bahwa usia remaja pertengahan menjadi kelompok yang paling terdampak terhadap perkembangan ketergantungan terhadap *smartphone* (Mengi A. *et al.*, 2020). Untuk variabel jenis kelamin, siswa perempuan dan laki-laki paling banyak mengalami *moderate nomophobia* (58,3% siswa perempuan, 50% siswa laki-laki).

Berdasarkan Tabel 3, dari total subjek penelitian, siswa dengan performa akademik sangat baik paling banyak yaitu 46 siswa yang mengalami *moderate nomophobia* (54,1%). Siswa dengan performa baik hanya satu orang dan mengalami *moderate nomophobia*

Analisis *Fisher* menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara performa akademik dan kejadian *nomophobia* ($p=0,657$) (Tabel 3). Temuan ini tidak mendukung hipotesis penelitian yang mengindikasikan adanya hubungan antara performa akademik dan *nomophobia*. Faktor-faktor tambahan seperti usia pertama kali penggunaan *smartphone*, kondisi tempat tinggal, kebiasaan belajar, frekuensi penggunaan *smartphone*, kualitas tidur, dan status pernikahan mungkin mempengaruhi hasil.

Tabel 3 Hubungan Performa Akademik dan Jenis Kelamin dengan *Nomophobia*

Variabel	<i>Nomophobia</i>						Total	P	
	<i>Mild</i>		<i>Moderate</i>		<i>Severe</i>				
	n	%	n	%	n	%			
Performa Akademik									
Baik	0	0	1	100	0	0	1	1,2	0,657 [^]
Sangat Baik	14	16,5	46	54,1	25	29,4	85	98,8	
Jenis Kelamin									
Perempuan	3	6,3	28	58,3	17	35,4	48	55,8	0,014 [*]
Laki-laki	11	28,9	19	50	8	21,1	38	44,2	

[^] Uji Fisher; ^{*} Uji Chi-square; p signifikan <0,05

Hasil ini sejalan dengan temuan studi lain seperti penelitian oleh Qutishat M *et al.* (2020) dan Ahmed S *et al.* (2023) yang juga menunjukkan tidak adanya hubungan signifikan antara performa akademik dan *nomophobia*. Namun, temuan yang berbeda dihasilkan oleh penelitian Essel HB *et al.* (2021) yang menemukan dampak performa akademik terhadap *nomophobia* dan Mengi A *et al.* (2020) yang menemukan hubungan antara performa akademik dan *nomophobia* dengan mempertimbangkan variabel tambahan seperti lokasi tempat tinggal dan kualitas tidur. Kesimpulan dari keragaman temuan ini adalah bahwa hubungan antara performa akademik dan *nomophobia* kompleks dan dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor tambahan yang beragam.

Hasil dengan uji *Chi-square* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dan kejadian *nomophobia* pada siswa kelas XI ($p = 0.014$) (Tabel 3). Analisis *Chi-square* menunjukkan adanya hubungan signifikan antara jenis kelamin dan kejadian *nomophobia* ($p = 0,014$). Temuan ini konsisten dengan penelitian Aldhahir A.M. *et al.* (2023) dan Hoşgör H & Hoşgör D (2019) yang juga menemukan hubungan antara jenis kelamin dan *nomophobia*. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa penggunaan smartphone untuk hiburan, seperti bermain game, meningkatkan risiko *nomophobia* dibandingkan penggunaannya untuk tujuan edukatif atau navigasi. Hal ini dapat menjelaskan mengapa beberapa studi menemukan prevalensi lebih tinggi pada laki-laki yang menggunakan smartphone sebagai sarana hiburan (Ashe S *et al.*, 2019) (Nikhita C.S. *et al.*, 2015).

4. Kesimpulan

Tidak terdapat hubungan antara performa akademik dengan *nomophobia*, namun terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan *nomophobia* pada siswa SMA kelas XI, di mana jenis kelamin perempuan memiliki persentase *nomophobia* lebih besar. Hal ini perlu

menjadi perhatian bagi para pendidik dan orang tua akan kondisi putrinya terkait nomophobia sekalipun performa akademiknya baik.

Sebagai saran, penelitian selanjutnya sebaiknya mempertimbangkan faktor tambahan, seperti kepribadian, pengetahuan tentang kemampuan diri, pekerjaan orang tua, latar belakang pendidikan, jurusan, dan variabel lainnya yang mungkin memengaruhi kejadian nomophobia. Pemahaman lebih mendalam terhadap faktor-faktor ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang lebih komprehensif terhadap pemahaman nomophobia di kalangan siswa SMA Global Prestasi.

BIBLIOGRAFI

- Chemnad K., Alshakhsi S., Almourad M.B., Altuwairiqi M., Phalp K., Ali R. (2022). Smartphone Usage before and during COVID-19: A Comparative Study Based on Objective Recording of Usage Data. *Informatics*. 9(4):98. doi: 10.3390/informatics9040098.
- Statista. Number of Smartphone Users in Indonesia from 2019 to 2021 with Forecasts until 2028. (2022). Retrieved from: <https://www.statista.com/statistics/266729/smartphone-users-in-indonesia/#statisticContainer>.
- KOMINFO. (2014). Sembilan puluh delapan persen anak dan remaja tahu Internet. Retrieved from: <https://www.komdigi.go.id/berita/pengumuman/detail/98-persen-anak-dan-remaja-tahu-internet>.
- Alahmari M.S., Alfaifi A.A., Alyami A.H., Alshehri S.M., Alqahtani M.S., Alkhashrami S.S., *et al.* (2018). Prevalence and Risk Factors of Nomophobia among Undergraduate Students of Health Sciences Colleges at King Khalid University, Abha, Saudi Arabia. Original Research Article. 429:429–461. doi: 10.21276/ijmrp.2018.4.1.088.
- Bhattacharya S., Bashar M., Srivastava A., Singh A., (2019). NOMOPHOBIA: NO MOBILE PHONE PHOBIA. *Journal of Family Medicine and Primary Care*. 8(4):1297-1300. doi: 10.4103/jfmpe.jfmpe_71_19.
- Sharma M., Amandeep, Mathur D., Jeenger J. (2020). Nomophobia and its relationship with depression, anxiety, and quality of life in adolescents. *Industrial Psychiatry Journal*. 28(2):231-236. doi: 10.4103/ipj.ipj_60_18.
- Samaha M., Hawi N.S., (2016). Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Comput Human Behavior*. 57:321–325. doi: 10.1016/j.chb.2015.12.045.
- Lepp A., Barkley J.E., Karpinski A.C. (2015). The Relationship Between Cell Phone Use and Academic Performance in a Sample of U.S. College Students. *Sage Open*. 5:215824401557316. doi: 10.1177/2158244015573169
- Qutishat M., Rathinasamy Lazarus E., Razmy A.M., Packianathan S., (2020). University students' nomophobia prevalence, sociodemographic factors and relationship with academic performance at a University in Oman. *International Journal of Africa Nursing Sciences*. 13:100206. doi: 10.1016/j.ijans.2020.100206.

- Ahmed S., Pokhrel N., Roy S., Samule A.J., (2023). Impact of nomophobia: A nondrug addiction among students of physiotherapy course using an online cross-sectional survey. *Indian Journal of Psychiatry* 61:77–80. doi: 10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_361_18.
- Notara V., Vagka E., Gnardellis C., Lagiou A., (2021). The Emerging Phenomenon of Nomophobia in Young Adults: A Systematic Review Study. *Addiction & health*. 13:120–136. doi: 10.22122/ahj.v13i2.309.
- Alwafi H., Naser A.Y., Aldhahir A.M., Fatani A.I., Alharbi R.A., Alharbi K.G., *et al.* (2022). Prevalence and predictors of nomophobia among the general population in two middle eastern countries. *BMC Psychiatry*. 22:520. doi: 10.1186/s12888-022-04168-8.
- Aldhahir A.M., Bintalib H.M., Siraj R.A., Alqahtani J.S., Algarni O.A., Algarni A.A., *et al.* (2023). Prevalence of Nomophobia and Its Impact on Academic Performance Among Respiratory Therapy Students in Saudi Arabia. *Psychology Research and Behavior Management*. 16:877–884. doi: 10.2147/prbm.s404898.
- Çolak M., Yalçinkaya Önder E., (2020). Investigation of Nomophobia Levels of Secondary School Students in terms of Some Variables. *52 Educational Policy Analysis and Strategic Research*. 15:100–121. doi: 10.29329/epasr.2020.270.5.
- Essel H.B., Vlachopoulos D., Tachie-Menson A. (2021). The relationship between the nomophobic levels of higher education students in Ghana and academic achievement. *PLoS One*. 16(6):e0252880. doi: 10.1371/journal.pone.0252880.
- Al-shaikh A.A., Almusa H.M., Al-Saleem S.A., Al-Qahtani F.S., Riaz F., Bhati R.K., *et al.* (2019). Prevalence and Determinants of “No-Mobile” Phobia (Nomophobia) among University Students. *The Medical Journal of Cairo University*. 87(4):2581-2586.
- Nguyen B.T.N., Nguyen T.T., Le U.T.T. (2022). Nomophobia and Stress among Vietnamese High School Students in Covid-19 Pandemic: A Mediation Model of Loneliness. *Journal of Biochemical Technology*. 13:34–40. doi: 10.51847/zn5yxl0nk.
- Mengi A., Singh A., Gupta V., (2020). An institution-based study to assess the prevalence of Nomophobia and its related impact among medical students in Southern Haryana, India. *Journal of Family Medicine Primary Care*. 9:2303. doi: 10.4103/jfmpc.jfmpc_58_20.
- Hoşgör H., Hoşgör D., (2019). The relationship among nomophobia, fear of missing out and demographic variables: Example of healthcare manager candidates. *Current Addiction Research*. 3(1):16-24. doi: 10.5455/car.105-1562758780.
- Ashe S., Routray D., Giri RC., (2019). Nomophobia: mobile phone dependence among students of a medical college in Central Odisha, India. *International Journal of Community Medicine Public Health*. 6(9):4011-4018. doi: 10.18203/23946040.ijcmph20194010.
- Nikhita C.S., Jadhav P.R., Ajinkya S., (2015). Prevalence of mobile phone dependence in secondary school adolescents. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*. 9(11): VC06-VC09. doi: 10.7860/JCDR/2015/14396.6803.