

GAMBARAN *NOMOPHOBIA* (*NO MOBILE PHONE PHOBIA*) PADA ANAK PENGGUNA *SMARTPHONE* DI SD NEGERI 1 DUKUHWALUH

Annisa Hayyu Prastiwi^{1*}, Ita Apriliyani², Murniati³

Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa, Purwokerto^{1,2}, Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa, Purwokerto³

*Corresponding Author : annisahayyu07@gmail.com

ABSTRAK

Nomophobia merupakan perasaan cemas dan takut saat terpisah dari *smartphone* yang terjadi karena penggunaan *smartphone* yang berlebihan. *Nomophobia* dapat menyebabkan beberapa efek diantaranya stres, kurang fokus, antisosial, serta insomnia. *Nomophobia* dapat terjadi pada semua kalangan tak terkecuali pada anak-anak ditingkat sekolah dasar dimana pada usia ini merupakan tahap penting dalam perkembangan kognitif, motorik, dan sosial pada kehidupan anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *nomophobia* pada anak pengguna *smartphone* di SD Negeri 1 Dukuhwaluh. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Responden pada penelitian ini adalah 64 orang tua siswa kelas 4 dan 5 yang anaknya memiliki *smartphone* yang diambil dengan teknik total sampling. Pengambilan data dilakukan dengan membagikan kuesioner *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) dan dianalisis menggunakan distribusi frekuensi. Hasil penelitian didapatkan bahwa *nomophobia* pada anak pengguna *smartphone* di SD Negeri 1 Dukuhwaluh mayoritas berada pada kategori sedang (57,8 %), didominasi oleh responden dengan usia 11 tahun (40,6%), mayoritas berjenis kelamin laki-laki (56,2%), mayoritas memiliki *smartphone* selama 1-2 tahun (50%), dan mayoritas menggunakan *smartphone* selama >2 jam (42,2%). Dengan demikian, mayoritas siswa SD Negeri 1 Dukuhwaluh pengguna *smartphone* mengalami kecenderungan *nomophobia* pada kategori sedang. Disarankan agar orang tua dapat mengontrol anaknya dalam menggunakan *smartphone* dan anak-anak dapat mengatur waktu pemakaian *smartphone* sehingga tidak mengalami kecenderungan *nomophobia*.

Kata kunci : anak sekolah dasar, *nomophobia*, *smartphone*

ABSTRACT

Nomophobia, or the fear of being without a *smartphone*, is a condition brought on by excessive *smartphone* use. Numerous side consequences of *nomophobia* include tension, difficulty concentrating, antisocial conduct, and insomnia. *Nomophobia* can happen everywhere, even among primary school students, who are at a critical juncture in their cognitive, motoric, and social development. The purpose of this study is to characterize *nomophobia* in children at State Elementary School 1 Dukuhwaluh who use *smartphones*. This research is a descriptive study with a cross-sectional approach. The respondents in this study were 64 parents of students in grades 4 and 5 whose children had *smartphones*, which were taken using a total sampling technique. Data was collected by distributing the *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) questionnaire and analyzed by frequency distribution. The results showed that the majority of *nomophobia* among *smartphone* users at State Elementary School 1 Dukuhwaluh was in the moderate category (57.8%), dominated by respondents aged 11 years (40.6%), the majority were male (56.2%), the majority owned a *smartphone* for 1-2 years (50%), and the majority used a *smartphone* for >2 hours (42.2%). Thus, the majority of students at State Elementary School 1 Dukuhwaluh who use *smartphones* experience *nomophobia* in the moderate category. It is recommended that parents control their children's use of *smartphones* and children can manage their time use *smartphone* so they don't experience *nomophobia*.

Keywords : elementary school children, *nomophobia*, *smartphone*

PENDAHULUAN

Keberadaan teknologi informasi dan komunikasi saat ini sangatlah memudahkan aktivitas manusia. Contoh dari kemajuan teknologi informasi dan komunikasi saat ini yang paling sering digunakan pada kehidupan sehari-hari yaitu *smartphone*. *Smartphone* merupakan telepon yang menggabungkan keunggulan tingkat lanjut dengan menyediakan kemudahan dan fitur seperti internet, email, serta sistem penentuan posisi global (Irnawaty & Agustang, 2019). Prevalensi pengguna *smartphone* secara global yang didapat dari *Stock Apps* mencapai angka 5,3 miliar pada bulan Juli tahun 2021. Angka tersebut menyumbang lebih dari setengah populasi dunia yaitu sekitar 7,9 miliar orang dengan persentase sebesar 67%. Kementerian Komunikasi dan Informatika menyampaikan bahwa pengguna *smartphone* di Indonesia mencapai angka 167 juta, atau sekitar 89% dari total populasi di Indonesia. Prevalensi pengguna telepon pintar berdasarkan wilayah di Indonesia didapatkan bahwa masyarakat Pulau Jawa merupakan pengguna *smartphone* tertinggi yaitu sebanyak 86,60% dari total populasi di Pulau Jawa (Adisty, 2022).

Smartphone memiliki efek positif dan negatif bagi para penggunanya. Efek positif dari pemakaian *smartphone* adalah dapat digunakan sebagai media informasi, alat komunikasi, dapat digunakan sebagai media pembelajaran, mencari tugas-tugas sekolah, memperoleh kawan baru di jejaring sosial, dan untuk membuang kejenuhan (Zulkifli *et al.*, 2022). Disamping manfaat positif dari *smartphone* tidak menutup kemungkinan *smartphone* juga memiliki dampak negatif. Salah satu konsekuensi seseorang yang bergantung pada *smartphone* dan menggunakannya dengan intensitas tinggi yaitu akan merasakan kecemasan dan kepanikan apabila tidak bersama *smartphone*-nya yang dikenal dengan *nomophobia* (Jumiati, 2019). *Nomophobia* adalah akronim dari “*no mobile phone phobia*”, yaitu suatu kondisi dimana seseorang akan mengalami ketakutan dan kecemasan ketika tidak memiliki kontak untuk mengakses *smartphone*-nya. *Nomophobia* bukan hanya rasa takut atau cemas ketika tidak berada di dekat *smartphone*, tetapi ketakutan dan kecemasan yang bisa muncul karena berbagai situasi, seperti tidak ada jaringan internet, kehabisan baterai *smartphone*, tidak ada kuota, dan lain-lain (Riyanti *et al.*, 2021).

Seseorang dengan kecenderungan *nomophobia* ditandai dengan kecemasan yang berlebihan seperti tidak bisa mematikan *smartphone*-nya untuk sementara waktu, merasa cemas ketika baterai *smartphone* habis, dan akan lebih sering mengecek pesan, panggilan, dan media sosial yang ada pada *smartphone*. Bahkan orang dengan *nomophobia* bisa membawa *smartphone*-nya ke kamar mandi karena terlalu khawatir ketika jauh dari *smartphone*-nya (Novita *et al.*, 2021). Efek negatif dari *nomophobia* diantaranya adalah kurang tidur, insomnia, sakit kepala, penurunan harga diri, depresi, *bullying*, dan perilaku kekerasan seperti menendang akibat *smartphone* tidak dapat mengisi daya atau tidak bisa digunakan (Riyanti *et al.*, 2021). Efek negatif lainnya dari *nomophobia* yaitu mengurangi kreativitas karena terlalu bergantung pada *smartphone*, sulit berkonsentrasi saat pembelajaran, kurangnya berinteraksi atau bergaul dengan orang lain, dan masih banyak lagi efek negatif lainnya (Halimah & Gofur, 2021).

Usia adalah salah satu faktor yang berhubungan dengan *nomophobia*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa fenomena kecenderungan *nomophobia* semakin banyak muncul pada kehidupan manusia terutama pada individu dengan usia 18-25 tahun dimana di kelompok usia tersebut mereka sedang berada di bangku perkuliahan sebagai seorang mahasiswa (Ramaita *et al.*, 2019). Namun tidak bisa dipungkiri di zaman modern sekarang ini fenomena *nomophobia* bisa terjadi pada siapa aja, mulai dari orang dewasa, remaja, hingga anak ditingkat sekolah dasar. Anak sekolah dasar merupakan anak yang berada di antara usia 6 sampai 12 tahun. Periode ini adalah periode bermain bersama, ditandai dengan minat anak untuk keluar rumah dan mulai berteman dengan teman seumurannya. Saat periode ini, anak

telah mempunyai dan memilih kawan untuk diajak berteman. Anak-anak pada kelompok usia ini mempunyai karakteristik suka bermain, suka bergerak, bekerja secara berkelompok, dan suka merasakan suatu hal secara langsung (Hijriati, 2021).

Salah satu faktor lain yang berhubungan dengan *nomophobia* adalah jenis kelamin. Dari hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa anak laki-laki lebih berpotensi terkena kecanduan atau adiksi *smartphone* dibandingkan anak perempuan. Anak laki-laki memakai internet untuk mencari hiburan dan menghilangkan stres, sementara anak perempuan memakai internet untuk mencari pekerjaan rumah dan mencari informasi (Rahmawati *et al.*, 2021). *Nomophobia* juga dapat disebabkan karena frekuensi penggunaan *smartphone* yang tinggi. Berdasarkan hasil penelitian (Pasongli *et al.*, 2020) ditemukan bahwa terdapat korelasi antara intensitas penggunaan *smartphone* dengan terjadinya *nomophobia*. Semakin meningkat intensitas pemakaian *smartphone* atau ponsel pintar, maka akan semakin meningkat pula angka *nomophobia* (Hestia *et al.*, 2021).

Kasus *nomophobia* pada anak sekolah dasar di Indonesia masih belum ada angka pastinya, namun terdapat beberapa penelitian di Indonesia yang meneliti *nomophobia* pada anak ditingkat sekolah dasar diantaranya seperti penelitian (Ramadhani *et al.*, 2018) yang dilakukan di Desa Dukuh Waringin RT 01/RW 02, Kecamatan Dawe, Kabupaten Kudus kepada anak sekolah dasar. Dari hasil observasi awal serta wawancara dengan murid, orang tua murid serta saudara murid, diketahui terdapat 5 murid sekolah dasar yang memiliki ketergantungan ponsel pintar atau *nomophobia* yang tidak diketahui oleh orang tua dan murid itu sendiri. Penelitian lainnya mengenai *nomophobia* pada anak sekolah dasar dilakukan pada siswa di SDN Margahayu X Kota Bekasi, diketahui bahwa dari 54 siswa SDN Margahayu X Kota Bekasi, 31 siswa mengalami *nomophobia* pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 57%; 22 siswa mengalami *nomophobia* pada kategori sedang dengan persentase sebesar 41%; dan 1 orang tidak memiliki *nomophobia* pada kategori rendah dengan persentasenya sebesar 2% (Halimah & Gofur, 2021).

Studi awal dilakukan kepada 5 siswa di SD Negeri 1 Dukuhwaluh dengan melakukan wawancara. Dari hasil wawancara tersebut didapatkan hasil bahwa mereka bisa menghabiskan waktu untuk bermain *smartphone* lebih dari 5 jam sehari. Aktifitas yang biasa dilakukan oleh responden dengan menggunakan *smartphone*-nya yaitu bermain *game*, menonton, mendengarkan musik, serta bermain media sosial seperti *instagram*, *tiktok*, *youtube*, *whatsapp*, dan lain-lain. Berdasarkan wawancara, responden juga mengatakan akan merasa cemas apabila baterai *smartphone* habis dan apabila *smartphone*-nya tidak berada di dekatnya. Selain itu, saat kuota internet habis atau berada di tempat yang tidak ada jaringan internetnya, maka hal pertama yang dilakukan adalah mengisi kuota internet dan segera mencari tempat yang terdapat jaringannya. Dari hasil wawancara awal tersebut, siswa SD Negeri 1 Dukuhwaluh berisiko mengalami *nomophobia*. Dengan demikian, tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran *nomophobia* pada anak pengguna *smartphone* di SD Negeri 1 Dukuhwaluh.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri 1 Dukuhwaluh pada bulan April-Mei 2023. Populasi pada penelitian ini adalah 64 orang tua siswa kelas 4 dan 5 yang anaknya memiliki *smartphone*. Sampel diambil menggunakan teknik total sampling yaitu sebanyak 64 orang. Pengambilan data dilakukan dengan membagikan kuesioner *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q). Kuesioner ini terdiri dari 19 pertanyaan yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Koefisien korelasi yang valid berkisar antara 0,381 sampai dengan 0,709 dan reliabilitas kuesioner *nomophobia* menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha*

sebesar 0,890. Analisa data menggunakan analisis univariat yang dianalisis dengan *software* SPSS versi 20.0. Penelitian ini telah menerima izin etik penelitian dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan *Health Research Ethics Committee* Universitas Harapan Bangsa dengan nomor B.LPPM-UHB/1728/04/2023.

HASIL

Karakteristik Responden di SD Negeri 1 Dukuhwaluh

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di SD Negeri 1 Dukuhwaluh (n=64)

Kategori		Frekuensi	%
Usia	9 tahun	14	21,9 %
	10 tahun	19	29,7%
	11 tahun	26	40,6%
	12 tahun	5	7,8%
Jenis Kelamin	Laki-laki	36	56,2%
	Perempuan	28	43,8%
Lama Kepemilikan <i>Smartphone</i>	<1 tahun	29	45,3%
	1-2 tahun	32	50%
	3-5 tahun	3	4,7%
Lama Penggunaan <i>Smartphone</i> Dalam Sehari	<1 jam	15	23,4%
	1-2 jam	22	34,4%
	>2 jam	27	42,2%
Total		64	100%

Berdasarkan tabel 1, mayoritas responden berada di usia 11 tahun (40,6%), didominasi responden berjenis kelamin laki-laki (56,2%), sebagian besar responden sudah memiliki *smartphone* selama 1-2 tahun (50%), dan mayoritas lama penggunaan *smartphone* dalam sehari yaitu >2 jam (42,2%).

Gambaran *Nomophobia* pada Anak Pengguna *Smartphone* di SD Negeri 1 Dukuhwaluh

Tabel 2. Gambaran *Nomophobia* pada Anak Pengguna *Smartphone* di SD Negeri 1 Dukuhwaluh (n=64)

Kategori	Jumlah	Persentase
Tinggi	11	17,20%
Sedang	37	57,80%
Rendah	16	25,00%
Total	64	100%

Berdasarkan tabel 2, didapatkan bahwa mayoritas responden mengalami kecenderungan *nomophobia* pada kategori sedang, yaitu sebanyak 37 (57,8%) yang diikuti oleh *nomophobia* pada kategori rendah sebanyak 16 (25%) dan terakhir *nomophobia* pada kategori tinggi sebanyak 11 (17,2%).

Gambaran *Nomophobia* berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Lama Kepemilikan dan Lama Penggunaan *Smartphone* pada Anak Pengguna *Smartphone* di SD Negeri 1 Dukuhwaluh

Tabel 3. Gambaran *Nomophobia* berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Lama Kepemilikan dan Lama Penggunaan *Smartphone* pada Anak Pengguna *Smartphone* di SD Negeri 1 Dukuhwaluh (n=64)

Karakteristik	Tingkat <i>Nomophobia</i>			Total
	Tinggi	Sedang	Rendah	
	f(%)	f(%)	f(%)	
Usia				
9 tahun	1(1,6%)	6(9,4%)	7(10,9%)	14(21,9%)
10 tahun	2(3,1%)	11(17,2%)	6(9,4%)	19(29,7%)
11 tahun	5(7,8%)	18(28,1%)	3(4,7%)	26(40,6%)
12 tahun	3(4,7%)	2(3,1%)	0(0,0%)	5(7,8%)
Jenis Kelamin				
Laki-Laki	6(9,4%)	23(35,9%)	7(10,9%)	36(56,2%)
Perempuan	5(7,8%)	14(21,9%)	9(14,1%)	28(43,8%)
Lama Kepemilikan <i>Smartphone</i>				
<1 tahun	4(6,2%)	16(25%)	9(14,1%)	29(45,3%)
1-2 tahun	6(9,4%)	19(29,7%)	7(10,9%)	32(50%)
3-5 tahun	1(1,6%)	2(3,1%)	0(0,0%)	3(4,7%)
Lama Penggunaan <i>Smartphone</i>				
<1 jam	2(3,1%)	8(12,5%)	5(7,8%)	15(23,4%)
1-2 jam	3(4,7%)	12(18,8%)	7(10,9%)	22(34,4%)
>2 jam	6(9,4%)	17(26,6%)	4(6,2%)	27(42,2%)

Berdasarkan tabel 3, tingkat *nomophobia* berdasarkan usia didominasi responden pada usia 11 tahun dengan kecenderungan *nomophobia* pada kategori sedang yaitu sebanyak 18 orang (28,1%). Tingkat *nomophobia* berdasarkan jenis kelamin didominasi oleh anak laki-laki dengan kecenderungan *nomophobia* pada kategori sedang sebanyak 23 orang (35,9%). Tingkat *nomophobia* berdasarkan lama kepemilikan *smartphone* didominasi oleh anak yang sudah memiliki *smartphone* selama 1-2 tahun dengan tingkat *nomophobia* didominasi pada kategori sedang sebanyak 19 orang (29,7%). Tingkat *nomophobia* pada anak berdasarkan lama menggunakan *smartphone* dalam sehari didominasi oleh anak yang menggunakan *smartphone* selama >2 jam dengan kecenderungan *nomophobia* pada kategori sedang sebanyak 17 orang (26,6%).

PEMBAHASAN

Tingkat *Nomophobia* pada Anak Pengguna *Smartphone* di SD Negeri 1 Dukuhwaluh

Berdasarkan hasil penelitian di atas, menyatakan bahwa tingkat *nomophobia* pada anak pengguna *smartphone* di SD Negeri 1 Dukuhwaluh didominasi pada kategori sedang yaitu sebanyak 37 orang (57,8%). Skor rata-rata perilaku *nomophobia* didominasi pada kategori sedang dimana kondisi tersebut cukup memprihatinkan. Hal ini menunjukkan bahwa responden cukup sering menghabiskan waktunya dengan *smartphone* setiap hari. Berdasarkan skor indikator kuesioner *nomophobia* didapatkan skor tertinggi pada pernyataan kuesioner yaitu jika *smartphone* tidak ada di dekat anak, maka anak akan merasa aneh karena tidak tahu harus berbuat apa. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak tidak bisa jauh dari *smartphone*-nya. Hasil penelitian yang didominasi kategori sedang ini tidak sejalan dengan penelitian (Halimah & Gofur, 2021) yang dilakukan pada responden anak sekolah dasar juga namun di tempat yang berbeda, dimana hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa

mayoritas siswa sekolah dasar mengalami *nomophobia* pada tingkat tinggi dengan persentase 57%. Namun demikian, terdapat 11 orang (17,2%) dalam penelitian ini yang memiliki tingkat *nomophobia* tinggi. Tingginya tingkat *nomophobia* di kalangan anak sekolah dapat disebabkan karena para anak tidak hanya memerlukan *smartphone* untuk kegiatan seperti belajar namun keinginan untuk bergaul atau berteman dan diterima dikelompok sebayanya dan dengan adanya *smartphone* ini mempermudah mereka untuk melakukannya, apalagi mereka lahir di era digital yang dari kecil telah dikenalkan kecanggihan teknologi (Riyanti *et al.*, 2021).

Tingkat *Nomophobia* pada Anak Pengguna *Smartphone* berdasarkan Usia

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini adalah anak berusia 11 tahun dan memiliki kecenderungan *nomophobia* pada kategori sedang yaitu sebanyak 18 orang (28,1%). Usia 11 tahun merupakan fase pra remaja yaitu suatu tahapan perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa. Selama periode ini, anak-anak secara bertahap telah mendapatkan pengetahuan dan keterampilan kognitif untuk memahami dunia baru, mulai memiliki tanggung jawab terhadap sikap mereka di lingkungan sekitar mereka, merasa rendah diri, bergaul dengan kawan seumurannya dan menerima pujian untuk mencapai rasa pencapaian (Rahmawati *et al.*, 2021). Menurut asumsi peneliti, salah satu penyebab tingginya penggunaan *smartphone* pada usia anak sekolah adalah karena diusia ini anak mempunyai rasa keingintahuan yang besar terhadap suatu hal sehingga mereka pun mempunyai keinginan untuk memiliki *smartphone* dan lebih suka menggunakan media elektronik tersebut. Hal ini sesuai dengan pendapat (Sodikin & Ragil, 2020) bahwa di usia tersebut anak mempunyai rasa keingintahuan yang besar, yang artinya anak usia sekolah turut serta berperan tinggi dalam pemakaian *smartphone* atau gadget. Rasa ingin tahu tersebut membuat anak diusia sekolah ini sudah mempunyai *smartphone* dan mampu mengoperasikan fasilitas-fasilitas yang ada pada *smartphone*.

Tingkat *Nomophobia* pada Anak Pengguna *Smartphone* berdasarkan Jenis Kelamin

Tingkat *nomophobia* tertinggi menurut jenis kelamin yaitu laki-laki. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa responden laki-laki yang mengalami kecenderungan *nomophobia* lebih mendominasi pada kategori sedang, yaitu berjumlah 23 orang (35,9%), diikuti dengan kategori rendah sebanyak 7 orang (10,9%) dan kategori tinggi sebanyak 6 orang (9,4%). Hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Rahmawati *et al.*, 2021) yang menyatakan bahwa anak laki-laki lebih mungkin menderita kecanduan *smartphone* daripada anak perempuan. Anak laki-laki memakai internet untuk mencari hiburan dan membuang stres, sedangkan perempuan untuk mencari tugas dan mencari informasi tertentu. Anak laki-laki cenderung memakai *smartphone* untuk hiburan dengan memainkan *game online*, dimana kebanyakan *game online* saat ini menghadirkan level atau tantangan yang bisa menggugah rasa penasaran para pemainnya, sehingga akhirnya para pemain saling bersaing untuk memperoleh skor tertinggi. Banyaknya tahapan atau level yang harus diselesaikan menjadikan pemain *game online* terus merasa penasaran hingga akhirnya mengalami adiksi terhadap *game online* dan sulit lepas dari *smartphone*-nya (Juniarto *et al.*, 2021). Jenis-jenis permainan online yang umum dimainkan saat ini yaitu *game action Mobile Legend, Free Fire, PlayerUnknown's Battlegrounds* atau *PUBG, Arena of Valor (AOV)*, dan permainan online lainnya (Kurniawati & Purnomo, 2020).

Tingkat *Nomophobia* pada Anak Pengguna *Smartphone* berdasarkan Lama Kepemilikan *Smartphone*

Pengguna *smartphone* bukan hanya dari kalangan orang dewasa, tetapi remaja dan anak juga sudah banyak yang memiliki *smartphone* sendiri. Pada penelitian ini, tingkat *nomophobia* pada anak pengguna *smartphone* yang sudah memiliki *smartphone* paling banyak didominasi oleh anak yang sudah memiliki *smartphone* selama 1-2 tahun dengan tingkat *nomophobia* didominasi pada kategori sedang yaitu sebanyak 19 orang (29,7%). Menurut hasil penelitian (Pasongli *et al.*, 2020) lama kepemilikan *smartphone* adalah salah satu faktor yang berhubungan dengan *nomophobia*. Semakin lama seseorang memiliki atau menggunakan *smartphone* maka seseorang tersebut akan semakin bergantung dengan *smartphone* yang dimiliki sehingga akan semakin rentan mengalami *nomophobia* (Hestia *et al.*, 2021). Pada penelitian ini sebagian besar responden sudah memiliki *smartphone* selama 1-2 tahun. Hal ini bisa disebabkan oleh banyak hal, salah satu diantaranya yaitu karena munculnya virus COVID-19 yang membuat proses pembelajaran menjadi daring sehingga para orang tua pun mau tidak mau harus memfasilitasi anak-anaknya *smartphone* agar sang anak dapat mengikuti pembelajaran. Hal ini sesuai dengan pendapat (Syarifudin & Syamsurrijal, 2023) bahwa selama pandemi COVID-19, pemakaian gadget meningkat secara signifikan sehingga menyebabkan anak menjadi tidak terkendali dalam memakai gadget. Apalagi selama ditetapkannya sekolah online atau daring yang setiap harinya selalu memakai gadget untuk melakukan pembelajaran sekolah.

Tingkat *Nomophobia* pada Anak Pengguna *Smartphone* berdasarkan Lama Penggunaan *Smartphone* dalam Sehari

Tingkat *nomophobia* pada anak berdasarkan lama menggunakan *smartphone* dalam sehari didominasi oleh anak yang menggunakan *smartphone* selama >2 jam dengan kategori sedang sebanyak 17 orang (26,6%). Menurut (Hestia *et al.*, 2021) semakin lama intensitas pemakaian *smartphone* atau ponsel pintar, maka akan semakin meningkat pula angka *nomophobia*. Pada penelitian ini, rata-rata responden menggunakan *smartphone*-nya selama >2 jam. Menurut asumsi dari peneliti, hal tersebut dapat disebabkan karena kurangnya peran dari orang tua dalam mengontrol penggunaan *smartphone* anaknya. Hal ini sesuai dengan pendapat (Rahayu *et al.*, 2022) bahwa kecanduan gadget pada anak dapat disebabkan karena minimnya pengawasan dan kontrol dari orang tua terhadap penggunaan gadget anaknya. Usaha yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecanduan *smartphone* dan kecenderungan *nomophobia* diantaranya adalah memberikan pendidikan kesehatan tentang dampak penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan *nomophobia*, memberikan kegiatan ekstra seperti les pelajaran dan kegiatan lainnya untuk meningkatkan keterampilan para siswa, atau melakukan pembelajaran dengan memanfaatkan *smartphone* untuk mencari materi guna mencapai tujuan pembelajaran tersebut agar penggunaan *smartphone* lebih propotional (Riyanti *et al.*, 2021).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis di atas, tingkat *nomophobia* pada anak pengguna *smartphone* didominasi pada kategori sedang yaitu sebanyak 37 orang (57,8%). Tingkat *nomophobia* berdasarkan usia didominasi responden usia 11 tahun yang memiliki kecenderungan *nomophobia* pada kategori sedang yaitu sebanyak 18 orang (28,1%). Tingkat *nomophobia* berdasarkan jenis kelamin didominasi responden laki-laki dengan kecenderungan *nomophobia* pada kategori sedang yaitu sebanyak 23 orang (35,9%). Tingkat *nomophobia* berdasarkan lama kepemilikan *smartphone* didominasi oleh anak yang sudah memiliki *smartphone* selama 1-2 tahun dengan tingkat *nomophobia* didominasi pada kategori sedang yaitu sebanyak 19 orang (29,7%). Tingkat *nomophobia* pada anak berdasarkan lama

menggunakan *smartphone* dalam sehari didominasi oleh anak yang menggunakan *smartphone* selama >2 jam dengan kecenderungan *nomophobia* pada kategori sedang sebanyak 17 orang (26,6%).

UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam penyelesaian penelitian ini, penulis banyak menerima bantuan, bimbingan, dukungan, dan pengarahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan rasa terima kasih yang tak terhingga kepada kedua orang tua, keluarga besar, dosen pembimbing, seluruh dosen Universitas Harapan Bangsa, teman-teman seperjuangan di S1 Keperawatan angkatan 2019, seluruh responden dan SD Negeri 1 Dukuhwaluh yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Adisty, N. (2022). *Mengulik Perkembangan Penggunaan Smartphone di Indonesia*. Www.Goodnewsfromindonesia.Id. <https://goodstats.id/article/mengulik-perkembangan-penggunaan-smartphone-di-indonesia-sT2LA>
- Halimah, S. N., & Gofur, M. A. (2021). *Nomophobia Dan Pengaruhnya terhadap Motivasi Belajar Anak (Studi Kasus)*. 4, 59–70.
- Hestia, K. P., Siswanto, & Risva. (2021). Related Factors Nomophobia to Student of Information Technology and Computer Sscience. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 4(2), 14.
- Hijriati, P. R. (2021). Proses Belajar Anak Usia 0 Sampai 12 Tahun Berdasarkan Karakteristik Perkembangannya. *Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak*, 7(1), 152. <https://doi.org/10.22373/bunayya.v7i1.9295>
- Irnawaty, & Agustang, A. (2019). Smartphone Addiction Pada Mahasiswa Pendidikan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makassar. *Jurnal Sosialisasi Pendidikan Sosiologi*, 6(2), 41–46.
- Jumiati, N. M. (2019). Gambaran Nomophobia Pada Mahasiswa Keperawatan Akibat Penggunaan Smartphone Di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. *Society*, 2(1), 1–19. <https://smakartinibatam.sch.id/>
- Juniarto, A., Apriliyani, I., & Rahmawati, A. N. (2021). Gambaran kecanduan game online dilihat dari durasi lama bermain pada remaja di SMP Negeri 2 Randudongkal. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 840–844.
- Kurniawati, I., & Purnomo, H. (2020). Pengaruh Kebiasaan Bermain Game Online terhadap Prestasi Belajar Siswa SD. *Jurnal PGSD STKIP PGRI BANJARMASIN*, 2(1), 320–334. <https://doi.org/10.33654/pgsd>
- Novita, D. (2021). Fenomena Nomophobia Pada Anak Usia Dini Berdasarkan Tipologi Wilayah dan Hubungannya Terhadap Perilaku Proposial dan Antisosial. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan*, 8(April), 91–107.
- 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>
- Rahayu, N. S., Elan, & Mulyadi, S. (2022). Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. *Jurnal Syntax Imperatif: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 1(5), 356. <https://doi.org/10.36418/syntax-imperatif.v1i5.159>
- Rahmawati, N., Herlina, H., & Hasneli N., Y. (2021). Gambaran Ketergantungan Gadget pada Anak Usia Sekolah. *Jkep*, 6(2), 135–145. <https://doi.org/10.32668/jkep.v6i2.445>

- Ramadhani, R. W., Rahayu, R., & Kuryanto, M. S. (2018). Dampak Nomophobia Terhadap Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *P2M STKIP Siliwangi P2M STKIP Siliwangi*, 5(2), 1–6.
- 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>
- Riyanti, V., Muttaqin, Z., & Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bandung, J. (2021). Gambaran Nomophobia Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 2(1), 249–254.
- Sodikin, & Ragil, D. R. (2020). Hubungan peran pengawasan orang tua dan kecanduan gadget dengan kemampuan interaksi sosial pada anak usia sekolah di SD negeri 1 pamijen sokaraja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, September, 64–74. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>
- Syarifudin, A., & Syamsurrijal, M. (2023). Peran Orang Tua terhadap Penggunaan Gadget pada Perkembangan Sosial Anak Usia Dini di Masa Pandemi COVID-19. *Ashil: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 1–13.
- Zulkifli, M., Wahida, W. A., & Sendi. (2022). Dampak Teknologi Smartphone di Era Revolusi Industri 4.0 terhadap Perilaku Siswa. *Al-Nahdlah: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(April), 201–212.