

ABSTRAK

HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN *SMARTPHONE* DENGAN *NOMOPHOBIA* PADA ANAK REMAJA DI SMPN 16 KOTA PEKANBARU

Despa Nur Efrita Sari

Program Studi DIII Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Institut Kesehatan
Payung Negeri Pekanbaru

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap dampak perkembangan teknologi digital. Intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi dan tidak terkontrol dapat memicu ketergantungan serta kecemasan psikologis seperti *nomophobia* (*no mobile phone phobia*), yaitu perasaan takut atau cemas berlebihan saat jauh dari *smartphone* atau tidak terhubung dengan internet. Mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan *smartphone* dengan *nomophobia* pada anak remaja di SMPN 16 Kota Pekanbaru. Penelitian kuantitatif menggunakan desain *cross-sectional* dengan pendekatan deskriptif korelasional. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VII dan VIII SMPN 16 Kota Pekanbaru sebanyak 256 siswa. Sampel berjumlah 154 responden yang diperoleh menggunakan rumus Slovin dan teknik *proportionate stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner wawancara terstruktur untuk intensitas penggunaan *smartphone* dan *No Mobile Phone Phobia Questionnaire* (NMP-Q). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square* ($\alpha = 0,05$). Rata-rata responden berusia 14 tahun (50,0%), berjenis kelamin perempuan (52,6%), dan lebih dari separuh kelas VIII (61,0%). Kurang dari separuh memiliki intensitas penggunaan *smartphone* tinggi (>5 jam/hari), yaitu 67 orang (43,5%), dan mengalami *nomophobia* sedang sebanyak 75 orang (48,7%). Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan $p\text{-value} = 0,001$ ($p < 0,05$), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan *smartphone* dengan *nomophobia*. Terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan *smartphone* dengan *nomophobia* pada anak remaja di SMPN 16 Kota Pekanbaru. Semakin tinggi intensitas penggunaan *smartphone*, semakin tinggi kecenderungan *nomophobia*.

Diharapkan sekolah dan orang tua memberikan edukasi serta bimbingan mengenai penggunaan *smartphone* yang sehat.

Kata Kunci: Intensitas Penggunaan *Smartphone*, *Nomophobia*, Remaja.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SMARTPHONE USAGE INTENSITY AND NOMOPHOBIA AMONG ADOLESCENTS AT SMPN 16 IN PEKANBARU

Despa Nur Efrita Sari

*DIII Nursing Program, Faculty of Nursing, Payung Negeri Health Institute,
Pekanbaru*

Adolescents are a vulnerable age group when it comes to the impact of digital technology. High and uncontrolled smartphone usage can trigger dependence and psychological anxiety such as nomophobia (no mobile phone phobia), which is an excessive fear or anxiety when away from a smartphone or disconnected from the internet. To determine the relationship between the intensity of smartphone use and nomophobia among adolescents at SMPN 16 in Pekanbaru. This quantitative study employed a cross-sectional design with a descriptive-correlational approach. The study population consisted of all 256 seventh- and eighth-grade students at SMPN 16 in Pekanbaru. The sample consisted of 154 respondents selected using the Slovin formula and proportionate stratified random sampling. Data were collected using a structured interview questionnaire to assess smartphone usage intensity and the No Mobile Phone Phobia Questionnaire (NMP-Q). Data analysis was performed using univariate and bivariate analyses with the Chi-Square test ($\alpha = 0.05$). The average respondent was 14 years old (50.0%), female (52.6%), and more than half were eighth-graders (61.0%). Less than half reported high smartphone usage intensity (>5 hours/day)—67 students (43.5%)—and 75 students (48.7%) experienced moderate nomophobia. The results of the chi-square test showed a p-

value of 0.001 ($p < 0.05$), indicating a significant association between smartphone usage intensity and nomophobia. There is a significant association between smartphone usage intensity and nomophobia among adolescents at SMPN 16 in Pekanbaru. The higher the intensity of smartphone usage, the higher the tendency toward nomophobia. It is hoped that schools and parents will provide education and guidance on healthy smartphone use.

Keywords: *Smartphone Usage Intensity, Nomophobia, Adolescents*

