

**HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN KECENDERUNGAN
NOMOPHOBIA PADA IBU PKK DI DESA SANGGRAHAN
KECAMATAN PRAMBON KABUPATEN NGANJUK**

SKRIPSI



NADIA FEBRIANTI MUTIARA SARI

NIM: 21104196

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI**

2026

**HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN KECENDERUNGAN
NOMOPHOBIA PADA IBU PKK DI DESA SANGGRAHAN
KECAMATAN PRAMBON KABUPATEN NGANJUK**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri

Untuk memenuhi salah satu persyaratan

Dalam menyelesaikan program Sarjana

Oleh:

NADIA FEBRIANTI MUTIARA SARI

21104196

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN KECENDERUNGAN
NOMOPHOBIA PADA IBU PKK DI DESA SANGGRAHAN
KECAMATAN PRAMBON KABUPATEN NGANJUK**

NADIA FEBRIANTI MUTIARA SARI

21104196

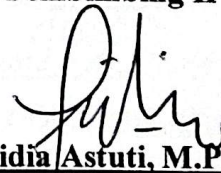
Pembimbing I



Yuli Darwati, M.Si.

NIP.197307042005012003

Pembimbing II



Fidia Astuti, M.Psi.

NIP. 199009302019032014

NOTA DINAS

Kediri 10 Januari 2026

Nomor :

Lampiran : 4 (empat berkas)

Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri

Di

JL. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusun skripsi mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : Nadia Febrianti Mutiara Sari


NIM : 21104196

Judul : HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN KECENDERUNGAN
NOMOPHOBIA PADA IBU PKK DI DESA SANGGRAHAN KECAMATAN
PRAMBON KABUPATEN NGANJUK

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1). Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam sidang Munaqosah. Demikian agar maklum dan atas kesedian bapak kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Yuli Darwati, M.Si.

NIP.197307042005012003

Pembimbing II



Fidia Astuti, M.Psi.

NIP. 199009302019032014

NOTA BIMBINGAN

Kediri 10 Januari 2026

Nomor :

Lampiran : 4 (empat berkas)

Hal : Bimbingan Skripsi

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri

Di

JL. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusun skripsi mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama : Nadia Febrianti Mutiara Sari

NIM : 21104196

Judul : HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN KECENDERUNGAN
NOMOPHOBIA PADA IBU PKK DI DESA SANGGRAHAN
KECAMATAN PRAMBON KABUPATEN NGANJUK

Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1). Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dapat segera diujikan dalam sidang Munaqosah. Demikian agar maklum dan atas kesedian bapak kami ucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Yuli Darwati, M.Si.

NIP.197307042005012003

Pembimbing II



Fidia Astuti, M.Psi.

NIP. 199009302019032014

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA STRES DENGAN KECENDERUNGAN
NOMOPHOBIA PADA IBU PKK DI DESA SANGGRAHAN
KECAMATAN PRAMBON KABUPATEN NGANJUK**

NADIA FEBRIANTI MUTIARA SARI

21104196

Telah diujikan di depan Sidang Munaqosah Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri pada tanggal 08 Januari 2026

Tim Penguji

1. Penguji Utama

Dr. Rini Risnawita S, M.SI.
NIP. 197712152005012002

(*Rini*)

2. Penguji I

Yuli Darwati, M.Si
NIP. 197712152005012002


(*Yuli*)

3. Penguji II

Fidia Astuti, M.Psi
NIP. 199009302019032014

(*Fidia*)

Kediri, 12 Januari 2026
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SYEKH WASIL KEDIRI



Prof. Dr. A. Halil Thahir, M.HI.
NIP. 197111212005011006

MOTTO

Amanar rasulu bima unzila ilaihi min rabbihi wal mu'minun, kullun aman billahi wa mala'ikatihi wa kutubihi wa rusulihi, la nufarriqu bayna ahadim min rusulihi, wa qalu sami'na wa ata'na, ghufuranaka rabbana wa ilaikal masir.

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya, la mendapat (pahala) dari kebaikan yang dikerjakannya dan mendapat (siksa) dan kejahatan yang diperbuatnya

(QS. Al-Baqarah: 285)

fa inna ma'al-'usri yusrā (5) inna ma'al-'usri yusrā (6)

"Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan."

(QS. Al-Insyirah: 5-6)

"Hatiku tenang mengetahui apa yang melewatkanku tidak akan pernah menjadi takdirku, dan apa yang ditakdirkan untukku tidak akan pernah melewatkanku."

(Umar bin Khattab)

HALAMAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nadia Febrianti Mutiara Sari

Nim : 21104196

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya dan bukan merupakan plagiat, baik sebagian atau seluruhnya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan ini hasil plagiat, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri 20 Desember 2025



yang membuat pernyataan



Nadia Febrianti Mutiara Sari

HALAMAN PERSEMBAHAN

Syukur alhamdulillah saya panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, hidayah, dan ridho-Nya yang senantiasa melancarkan dan mempermudah segala urusan, khususnya dalam penyelesaian karya ilmiah ini. Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang syafaatnya selalu saya nantikan. Dengan penuh rasa bangga dan kerendahan hati, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Cinta pertama dan panutan utama saya, Ayahanda Sukamdi dan Pintu Surga saya, Ibunda Nanik Sunarti. Terima kasih yang tak terhingga atas segala pengorbanan, cinta, dan kasih sayang tulus yang telah dicurahkan. Meskipun Ayah dan Ibu tidak sempat mengenyam bangku perkuliahan, Beliau berdua selalu memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan, serta memberikan perhatian dan dukungan penuh hingga penulis mampu menyelesaikan studi dan meraih gelar sarjana. Semoga Ayah dan Ibu senantiasa diberikan kesehatan, umur panjang, dan kebahagiaan.
2. Adik-adikku tersayang, Muhammad Nirwan Alfaridzi dan Khayla Nur Azzahra. Terima kasih atas doa, semangat, dan keceriaan yang selalu kalian berikan. Kalian adalah alasan untuk tetap maju dan motivasi untuk meraih impian yang lebih besar.
3. Sahabat Utama dan Rekan Perjuangan Skripsi Persembahan istimewa saya sampaikan kepada sahabat-sahabat utama yang telah memberikan dukungan krusial dalam penyelesaian skripsi ini, yaitu Binti Sulistyowati, Septina Miftahurrohmah, Erlia Arinda Putri, Ayuna Choirunnisa, Arvi Noviansyah, Elvina Rohaini, Salsabila Navyta Aryanti, dan Eksata Yuananda. Terima kasih atas seluruh dukungan, waktu, dan kebersamaan yang sangat berharga. Juga kepada seluruh teman-teman lain yang telah memberikan dukungan moral.

4. Kepada diriku sendiri. Terima kasih atas segala kerja keras, ketahanan, dan semangat yang tak pernah padam, sehingga mampu bertahan dan terus melangkah sejauh ini. Terima kasih kepada raga dan jiwa yang tetap tegar, ikhlas, dan percaya diri melalui setiap prosesnya, meskipun jalannya terasa begitu berat. Saya bangga pada pencapaian ini dan berharap dapat terus berkembang menjadi pribadi yang lebih baik dari hari ke hari.

ABSTRAK

Nadia Febrianti Mutiara Sari. Dosen Pembimbing (1) Yuli Darwati, M.Si. dan (2) Fidia Astuti, M.Psi. Hubungan antara Stres dengan Kecenderungan *Nomophobia* pada Ibu PKK di Desa Sanggrahan Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk. Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri.

Kata kunci: stres, *nomophobia*, *smartphone*.

Nomophobia merupakan kecemasan berlebihan yang muncul ketika individu tidak dapat menggunakan *smartphone* akibat ketergantungan terhadap perangkat *mobile*. Stres adalah kondisi tekanan psikologis yang timbul akibat ketidakseimbangan antara tuntutan lingkungan dengan kemampuan coping individu. Ibu PKK, sebagai wanita dewasa yang menjalani peran ganda baik dalam ranah domestik maupun sosial, berpotensi mengalami stres dan kecenderungan *nomophobia* dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengetahui tingkat stres pada ibu PKK di Desa Sanggrahan, (2) mengetahui tingkat kecenderungan *nomophobia* pada ibu PKK di Desa Sanggrahan, dan (3) mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan kecenderungan *nomophobia* pada ibu PKK di Desa Sanggrahan.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Populasi penelitian adalah seluruh anggota aktif PKK di Desa Sanggrahan sebanyak 75 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria subjek yaitu ibu PKK usia produktif. Responden berada pada rentang usia 30-59 tahun. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang terdiri atas skala stres dan skala *nomophobia* yang disusun oleh peneliti. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman Rho dengan bantuan program IBM SPSS versi 25.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) tingkat stres pada ibu PKK secara frekuensi berada pada kategori tinggi sebanyak 26 responden (34.7%) sedangkan aspek yang paling tinggi adalah emosional (23.92) (2) tingkat kecenderungan *nomophobia* pada ibu PKK secara frekuensi berada pada kategori rendah sebanyak 36 responden (48.0%) sedangkan aspek yang paling tinggi adalah not being able to information (30.30) dan (3) Hasil uji korelasi *Spearman* menunjukkan koefisien korelasi sebesar $r = -0,017$ dengan nilai signifikansi $p = 0,882$ ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kecenderungan *nomophobia* pada ibu PKK.

KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala karunianya sehingga laporan penelitian ini dapat terselesaikan. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. dan umatnya. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan program studi Psikologi Islam pada Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri. Dalam Penyusunan Skripsi ini tentu tidak lepas dari bantuan serta bimbingan berbagai pihak.

1. Prof. Dr. Wahidul Anam, M.Ag, selaku Rektor UIN SYEKH WASIL KEDIRI.
2. Prof. Dr. KH. A. Halil Thahir, M.HI, selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah.
3. Dr. Rini Risnawita Suminta, M.Si. selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam.
4. Ibu Yuli Darwati M.Si, dan Ibu Fidia Astusti, M.Psi selaku dosen pembimbing I dan II yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan motivasi dalam proses penyelesaian skripsi.
5. Bapak dan ibu tercinta beserta keluarga, yang selalu memberikan doa, semangat, cinta kasih, dan dukungan moral maupun material tanpa henti.
6. Seluruh dosen Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Syekh Wasil Kediri, yang telah membagikan ilmu, wawasan, serta pengalaman berharga selama masa perkuliahan.

Penulis hanya mampu mendoakan, semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapat pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT. Semoga karya tulis ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya. Aamiinn.

Kediri, 20 Desember 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
NOTA DINAS	Error! Bookmark not defined.
NOTA BIMBINGAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
MOTTO	vi
HALAMAN KEASLIAN TULISAN.....	Error! Bookmark not defined.i
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	ix
ABSTRAK.....	x
KATA PENGANTAR.....	xii
DAFTAR ISI.....	xiiiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	8
C. TUJUAN PENELITIAN.....	8
D. MANFAAT PENELITIAN.....	9
E. PENELITIAN TERDAHULU	9
F. DEFINISI OPERASIONAL	14
BAB II	16
LANDASAN TEORI.....	16
A. <i>Nomophobia</i>	16
B. <i>Nomophobia</i> Menurut Perspektif Islam.....	21
C. Stres	22
D. Stres Menurut Perspektif Islam	27

E. KERANGKA TEORITIS.....	Error! Bookmark not defined.
F. HIPOTESIS PENELITIAN	28
BAB III.....	31
METODE PENELITIAN	31
A. RANCANGAN PENELITIAN	31
B. VARIABEL PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
C. LOKASI PENELITIAN.....	32
D. POPULASI DAN SAMPEL	32
E. DATA DAN SUMBER DATA.....	33
F. TEKNIK PENGUMPULAN DATA	34
G. INSTRUMEN PENELITIAN	34
H. TEKNIK ANALISIS DATA.....	37
1. Tabulasi Data	37
2. Uji Instrumen	38
3. Uji Hipotesis	39
BAB IV HASIL PENELITIAN	42
A. GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN	42
1. Sejarah Terbentuknya Desa Sanggrahan	42
2. Lokasi Geografis Desa Sanggrahan	43
B. DESKRIPSI RESPONDEN	44
C. DESKRIPSI DATA	46
BAB V.....	60
PEMBAHASAN.....	60
A. Tingkat Stres pada ibu PKK di Desa Sanggrahan.	60
B. Kecenderungan <i>Nomophobia</i> pada ibu PKK di Desa Sanggrahan.....	63
C. Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kecenderungan <i>Nomophobia</i> pada ibu PKK di Desa Sanggrahan	65
BAB VI.....	70
KESIMPULAN DAN SARAN.....	70
A. KESIMPULAN	70
B. SARAN	71

DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN.....	78
RIWAYAT HIDUP.....	102

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala Likert.....	35
Tabel 3.2 Skala Stres.....	35
Tabel 3. 3 Skala <i>Nomophobia</i>	37
Tabel 3.4 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi	41
Tabel 4.1 Distribusi Kategorisasi Usia Responden	43
Tabel 4.2 pengelompokan usia Ibu-Ibu PKK Desa Sanggrahan	44
Tabel 4. 3 Hasil Uji Validitas Skala Tingkat Stres	47
Tabel 4.4 Blue Print Setelah Uji Validitas Skala Tingkat Stres	48
Tabel 4.5 Hasil Uji Validitas Kecenderungan <i>Nomophobia</i>	49
Tabel 4.6 Blue print Setelah Uji Validitas Kecenderungan <i>Nomophobia</i>	50
Tabel 4.7 Uji Reliabilitas Tingkat Stres.....	51
Tabel 4.8 Uji Reliabilitas Kecenderungan <i>Nomophobia</i>	52
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.10 Hasil Uji Linieritas	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.11 Hasil Uji Analisis Deskriptif Variabel Tingkat Stres	52
Tabel 4.12 Rumus Kategorisasi.....	53
Tabel 4.13 Kategorisasi Tingkat Stres	53
Tabel 4.14 Hasil Uji Analisis Deskriptif Aspek Tingkat Stres	54
Tabel 4.15 Hasil Uji Analisis Deskriptif Variabel Tingkat Stres	55
Tabel 4.16 Rumus Kategorisasi.....	55
Tabel 4.17 Distribusi Kategorisasi Variabel Kecenderungan <i>Nomophobia</i>	55
Tabel 4.18 Hasil Uji Analisis Deskriptif Aspek Kecenderungan <i>Nomophobia</i>	57
Tabel 4.19 Hasil Uji Korelasi <i>Spearman Rho</i>	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 PETA DESA SANGGRAHAN.....	43
Gambar 4. 2 Diagram Pie Distribusi Usia Responden.....	46
Gambar 4.3 Diagram Pie Kategori Tingkat Stres.....	53
Gambar 4.4 Diagram Pie Variabel Kecenderungan Nomophobia	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabulasi data	78
Lampiran 2 hasil uji validitas	82
Lampiran 3 uji reliabilitas	84
Lampiran 4 Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5 Uji Linieritas	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6 Uji deskriptif variabel	84
Lampiran 7 Uji Hipotesis Korelasi Spearman rho	85
Lampiran 8 Kuesioner pernyataan dan pertanyaan	86
Lampiran 9 surat penelitian	91
Lampiran 10 data konsultasi bimbingan	92
Lampiran 11 profesional judgement	95
Lampiran 12 dokumentasi ibu PKK kegiatan rutinan setiap hari minggu	100