

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Tinjauan Tentang Nomophobia

##### 1. Pengertian *Nomophobia*

Asal dari istilah *Nomophobia* dari ungkapan dalam bahasa Inggris “*No Mobile Phone Phobia*”, yang berarti tanpa smartphone menjadi fobia. Istilah *Nomophobia* merujuk pada gejala ataupun perilaku yang berkaitan dengan pemakaian smartphone<sup>1</sup>. Hasil penelitian yang dilakukan di Inggris oleh *UK Post Office* untuk melakukan penyelidikan terhadap rasa cemas yang timbul pada pengguna ponsel telah memicu munculnya istilah *Nomophobia* pertama kali di dunia<sup>2</sup>.

King *et al*, menganggap *nomophobia* merupakan sebuah *noise* pada era modern ini, dimana *noise* tersebut digambarkan sebagai bentuk kecemasan ataupun ketidaknyamanan yang timbul akibat ketidakterediaan *personal computer*, ponsel, ataupun perangkat komunikasi virtual sejenisnya dalam jangkauan pengguna<sup>3</sup>. Istilah *nomophobia* merupakan istilah baru, karena baru bisa dirasakan ketika teknologi semakin maju, berupa munculnya smartphone yang menjadi

---

<sup>1</sup> King, A. L., Valença, A. M., & Nardi, A. E. *Nomophobia: The Mobile Phone in Panic Disorder With Agoraphobia: Reducing Phobias or Worsening of Dependence? Cognitive and Behavioral Neurology*, 2010, 52-54.

<sup>2</sup> Envoy, S. *66% of the population suffer from Nomophobia the fear of being without their phone.* (Berkshire UK: SecurEnvoy, 2012).

<sup>3</sup> King, A. L., Valença, A. M., & Nardi, A. E. *Nomophobia: The Mobile Phone in Panic Disorder With Agoraphobia: Reducing Phobias or Worsening of Dependence? Cognitive and Behavioral Neurology*, 2010, 52-54.

media komunikasi jarak jauh serta sarana dalam mencapai segala hal. Perilaku pengguna smartphone menjadi tidak wajar karena nomophobia. Sehingga berdampak pada lingkungan sekitarnya, seperti khawatir jauh dari smartphone, terbatas dalam melakukan komunikasi, ataupun terhalang ketika mengakses suatu website. Indikasi nomophobia bukan hanya timbul rasa takut saat smartphone berada jauh dari pengguna, melainkan ketika pengguna tidak mampu mengakses internet untuk menggali ataupun mencari informasi yang dibutuhkan pengguna.

Lebih lanjut Yildirim meyakini bahwa nomophobia adalah ketakutan akan kontak eksternal dengan ponsel, yang dianggap sebagai fobia modern dalam kehidupan, atau efek samping interaksi manusia dengan teknologi informasi dan komunikasi (terutama smartphone).<sup>4</sup> Nomophobia berkaitan dengan agoraphobia yang merujuk pada gejala ataupun perilaku individu, dimana tidak bisa mendapatkan pertolongan secepat mungkin dan takut sakit termasuk di dalamnya<sup>5</sup>. Penggunaan internet yang membuat komunikasi lebih mudah menjadikan nomophobia dirasakan juga saat tidak dapat melakukan sesuatu tanpa internet.

Selain itu, menurut Bivin, *et al.*, istilah nomophobia ialah ketergantungan psikologis ataupun gejala fisik berupa perilaku candu terhadap smartphone. Gejala fisik yang dimaksud adalah penderita

---

<sup>4</sup> Yildirim, C. *Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research*. (Graduate Theses and Dissertations, 2014) , 1-92.

<sup>5</sup> *Ibid*

nomophobia berperilaku tidak normal secara kontinyu, seperti selalu memeriksa pesan, panggilan telepon, email baru atau sosial media yang dimiliki secara berkala, merasa khawatir jika daya baterai lemah, tidak mampu mematikan smartphone dalam waktu yang lama, serta yang lebih parah lagi adalah ke kamar mandi sering membawa handphone karena tidak bisa jauh dari benda tersebut dan merasa cemas.<sup>6</sup>

Berdasarkan beberapa definisi tersebut, bisa ditarik kesimpulan bahwasanya merasa takut dan cemas saat jauh dengan smartphone atau tidak dapat melakukan apapun tanpa adanya internet merupakan definisi dari nomophobia, yang menyebabkan individu tersebut bertingkah kurang normal, berupa kesanggupan untuk menonaktifkan smartphone hilang, tidak tenang jika tidak browsing, timbul rasa khawatir ketika daya baterai melemah, dan terus-menerus memeriksa smartphone. Nomophobia pada penelitian ini mengacu pada teori Yildirim.

## 2. Aspek-Aspek dan Karakteristik *Nomophobia*

Menurut Yildirim, mengatakan terdapat 4 dimensi yang dimiliki *nomophobia*, antara lain:

### a. *Not being able to communication* (tidak dapat berkomunikasi)

Orang yang kecanduan smartphone pasti akan merasakan rasa kehilangan ketika tiba-tiba berhenti berkomunikasi dengan orang lain. Salah satu fungsi smartphone yaitu berkomunikasi

---

<sup>6</sup> Bivin, J., Mathew, Thulasi, P., & Philip, J. *Nomophobia-Do We Really Need To Worry About?* *Review Of Progress*, 2013, 1-5.

dengan orang di sekitar kita, entah itu dekat atau bahkan jauh sekalipun. Seseorang yang memanfaatkan smartphone untuk berkomunikasi, maka ketika alat komunikasinya (smartphone) tidak berfungsi akan timbul dan merasakan seperti:

1) Merasa hilangnya komunikasi dengan cepat terhadap orang lain.

Orang yang mengalami nomophobia merasakan kondisi tersebut secara cepat dan tiba-tiba, sedangkan orang yang normal akan merasa biasa saja..

2) Muncul rasa tidak sanggup memakai fitur di smartphonenya.

Smartphone menjamin mampu berkomunikasi dengan mudah dan cepat, bahkan tanpa harus bertatap muka satu sama lain atau yang biasa disebut dunia maya. Dunia maya sudah tidak asing lagi bagi orang yang mengalami nomophobia, dan mereka memakai fungsi, layanan, atau aplikasi yang telah smartphone fasilitasi untuk berkomunikasi secara mudah dan terbiasa.

3) Merasa tidak bisa dihubungi dan menghubungi orang lain.

Komunikasi melalui smartphone sangat dekat dengan kata menghubungi ataupun dihubungi orang lain, entah itu melalui video ataupun hanya suara. Ketika akses tidak dimiliki untuk komunikasi melalui smartphone, seorang nomophobia pasti merasa tidak mampu dihubungi dan menghubungi orang lain. Sedangkan orang yang normal merasa tidak memiliki masalah yang berarti saat terhalang untuk dihubungi atau menghubungi orang lain melalui smartphone.

b. *Losing connectedness* (kehilangan konektivitas)

Orang yang mengalami kecenderungan nomophobia memiliki perasaan kehilangan konektivitas ketika tidak dapat terhubung dengan layanan di smartphonanya seperti:

- 1) Perasaan kehilangan konektivitas ketika tidak ada jaringan dan ketika kehabisan daya baterai. Smartphone merupakan teknologi terbaru dengan fitur yang memudahkan penggunaanya dalam melakukan segala sesuatu dimanapun kita berada, khususnya dalam berkomunikasi. Smartphone kini dilengkapi dengan konektivitas yang lebih memudahkan pengguna dalam memakai fitur yang telah ada. Orang yang mengalami nomophobia bisa merasakan kehilangan konektivitas ketika tidak ada jaringan serta ketika kehabisan daya baterai dimanapun ia berada.
- 2) Perasaan kehilangan identitas diri di dunia maya yang berlebihan. Kehilangan konektivitas bisa menimbulkan berbagai dampak, salah satunya ialah ketidakmampuan memasuki dan menggunakan dunia maya atau sosial media. Hal inilah yang dapat membuat seseorang merasa kehilangan identitas dirinya. Seseorang yang mengalami nomophobia lebih mungkin kehilangan identitasnya dibandingkan orang normal seperti biasanya.

c. *Not being able to access information* (terhalang untuk mengakses informasi)

Selain sebagai sarana komunikasi, smartphone berfungsi juga sebagai sarana yang informatif. Bagian ini memberi gambaran rasa tidak nyaman karena terhalang untuk mengakses informasi-informasi dengan smartphone seperti:

- 1) Ketidaknyamanan yang disebabkan oleh ketidakmampuan mengakses informasi dengan smartphone. Bagi setiap orang memperoleh suatu informasi memanglah sangat penting, sebagian orang pencarian informasi hanya bisa dilakukan dengan smartphone. Apabila mereka tidak mendapatkan informasi yang mereka butuhkan melalui smartphone mereka, maka bagi penderita nomophobia akan merasa tidak nyaman.
- 2) Perasaan ketidakmampuan untuk memperoleh informasi hanya karena tidak dapat diakses melalui smartphone. Informasi tidak hanya dapat diterima melalui smartphone, tetapi juga melalui berbagai cara. Namun, orang yang mengalami nomophobia akan merasa tertutup total untuk memperoleh informasi dikarenakan terhalang dalam mencari informasi melalui smartphone.
- 3) Perasaan untuk terus mencari informasi meskipun tidak dapat mengaksesnya pada smartphone. Bagi orang yang normal, ketika terhalang memperoleh informasi melalui smartphone, mereka memilih untuk menggunakan opsi lainnya, seperti melalui buku. Melainkan berbeda dengan penderita

nomophobia. Pengguna tidak akan berhenti mencari informasi melalui smartphonenya meskipun tidak dapat mengaksesnya.

- d. *Giving up convenience* (menyerah karena lunturnya kemudahan atau kenyamanan ketika melaksanakan suatu hal)

Aspek ini menjelaskan bahwa rasa cemas muncul ketika seseorang mengabaikan smartphonenya dalam jeda waktu yang panjang. Ia juga seringkali mengecek smartphonenya memiliki jaringan atau tidak, daya baterai, pesan masuk, ataupun pulsa/kuota. Individu akan mempunyai kecemasan yang tidak masuk akal ketika tidak dapat berhubungan dengan smartphone tersebut.

Menurut Yildirim, keempat aspek tersebut dapat menyebabkan kecemasan, panik, perubahan suasana hati, bahkan stress. Selain itu, bagi penderita nomophobia yang dirinci oleh Gezgin menunjukkan bahwa penderita nomophobia ditandai dengan perasaan hampa atau kesepian, merasa bosan saat tidak menggunakan smartphone, kecewa saat kehabisan daya baterai, sering memeriksa smartphone, serta jika lupa terhadap tempat untuk meletakkan smartphone dan tidak dapat menggunakannya maka akan timbul rasa khawatir<sup>7</sup>.

Sejalan dengan Gezgin, Puente dan Bragazzi juga memaparkan bahwa penderita nomophobia memiliki ciri-ciri berikut ini<sup>8</sup>:

- a. Menggunakan smartphone untuk menghabiskan banyak waktu.

---

<sup>7</sup> Gezgin, D. M. *Analysis of nomophobic behaviors of adolescents regarding various factors.* (Journal of Human Sciences, 2016) , 2504-2519.

<sup>8</sup> Bragazzi, N., & Puente, G. D. *A Proposal For Including Nomophobia In The . Psychology Research and Behavior Management* ,2014, 155–160.

- b. Memiliki sebuah smartphone ataupun lebih dan power bank selalu dibawa kemana-mana.
- c. Gelisah dan cemas saat smartphonenya tidak berada pada tempatnya atau tidak tersedia dalam jarak yang dekat.
- d. Tidak nyaman ketika tidak ada jaringan atau kehabisan daya baterai.
- e. Berusaha menghindari tempat atau situasi dimana penggunaan smartphone dilarang.
- f. Sering melakukan pengecekan pada layar smartphone hanya sekedar memastikan panggilan atau pesan yang diterima dan selalu timbul rasa jika smartphonenya berbunyi atau sekedar bergetar.
- g. Selalu mengaktifkan smartphone dalam keadaan menyala 24 jam dan saat tidur selalu diletakkan diatas tempat tidur.
- h. Adanya interaksi sosial yang sedikit dengan orang disekitarnya, hal tersebut karena dia rasa cemas dan tidak nyaman ketika berkomunikasi *face to face*, sehingga ia cenderung memilih smartphone untuk berkomunikasi melalui dunia maya.
- i. Biaya yang relatif mahal dibutuhkan dalam penggunaan smartphone.

Berdasarkan beberapa aspek dan ciri-ciri atau karakteristik nomophobia yang dipaparkan beberapa ahli tersebut, penulis menyimpulkan aspek-aspek pada kecenderungan nomophobia, yaitu kehilangan konektivitas, menyerah pada kenyamanan, tidak mampu mengakses informasi, dan perasaan tidak bisa berkomunikasi. Beberapa aspek tersebut akan menjadi acuan dalam mengidentifikasi seseorang yang memiliki kecenderungan dalam nomophobia.

### 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Nomophobia*

Menurut Kalaskar ada alasan yang menyebabkan seseorang merasakan kecenderungan nomophobia, yaitu kebiasaan, ketergantungan, dan intensitas penggunaan yang menyebabkan rasa cemas dikalangan orang yang menggunakan smartphone<sup>9</sup>. Choliz menunjukkan sebab-sebab nomophobia yaitu menghindari dari masalah, kesulitan dalam mengendalikan impuls, toleransi, penarikan diri, atau kebiasaan buruk setiap harinya<sup>10</sup>.

Menurut Bianchi dan Philip beberapa faktor yang berpengaruh terhadap kecenderungan nomophobia diantaranya:

a. *Gender* (Jenis kelamin)

Pada hasil riset dari Bianchi dan Philip menyatakan yang rentan terhadap pemanfaatan teknologi adalah laki-laki. Fungsi akses terhadap perkembangan teknologi dan sosialisasi juga berhubungan dengan perbedaan gender.

b. Harga diri

Harga diri didefinisikan sebagai evaluasi yang memiliki kestabilan relatif, yang memungkinkan seseorang untuk memelihara dan berkuasa mengendalikan diri. Pandangan dan identitas diri memiliki kaitan dengan *self esteem*. Seseorang dengan pandangan negatif memiliki rasa cenderung yang tinggi ketika berusaha

---

<sup>9</sup> Kalaskar, P.B. (2015). A Study of Awareness of Development of Nomophobia Condition in SmartPhone user Management Students in Pune city. *ASM's International EJournal on Ongoing Research in Management and IT*, 10, 320-326.

<sup>10</sup> Choliz. (2012). Mobile-phone addiction in adolescence: The Test of Mobile Phone Dependence (TMD). *Prog Health Sci*, 2(1), 33-44.

memperoleh kepastian. Oleh sebab itu smartphone memiliki fungsi sebagai pemberi kesempatan kepada individu agar mampu menghubungi setiap saat. Inilah yang menjadi penyebab menggunakan smartphone secara berlebihan.

c. Usia

Seseorang yang muda dinilai mudah untuk memainkan smartphone daripada orang dewasa. Hal ini terjadi karena perbedaan ketertarikan keduanya terhadap teknologi baru yang diproduksi.

d. *Extraversion*

Ekstraversi pada umumnya suka mengambil resiko, sangat membutuhkan kegembiraan, dan impulsif. Mereka cenderung berusaha menggali situasi sosial, sehingga lebih rentan dengan masalah yang ditimbulkan dari penggunaan smartphone. Pengaruh teman sebaya menjadi lebih rentan dengan ekstraversi, yang dibuktikan pada studi sebelumnya.

e. *Neurotisme*

Neurotisme yang tinggi terindikasi dengan murung, kekhawatiran, sering depresi, dan kecemasan. Bereaksi kuat terhadap banyak rangsangan dan terlalu emosional.

Sehingga bisa ditarik kesimpulan *nomophobia* dipengaruhi oleh beberapa faktor berupa kepribadian, usia, harga diri, dan jenis kelamin.

## **B. Tinjauan Tentang *Personality* (Kepribadian)**

### 1. Pengertian *Personality* (Kepribadian)

Istilah kepribadian atau *personality* berasal dari kata latin “*persona*” yang berarti topeng atau kedok, yaitu tutup muka yang sering dipakai oleh pemain-pemain panggung, yang maksudnya untuk menggambarkan perilaku, watak, atau pribadi seseorang. Bagi bangsa Yunani, “*persona*” berarti bagaimana seseorang tampak pada orang lain. Jadi konsep awal dari pengertian *personality* (pada masyarakat awam) adalah tingkah laku yang ditempatkan dilingkungan social. Kesan yang mengenai diri yang diinginkan agar ditangkap oleh lingkungan social.<sup>11</sup>

Kartini Kartono dan Dali Gulo mengungkapkan kepribadian bahwa kepribadian adalah sifat dan tingkah laku khas seseorang yang membedakannya dengan orang lain; integrasi karakteristik dari struktur-struktur, pola tingkah laku, minat, pendirian, kemampuan dan potensi yang dimiliki seseorang; segala sesuatu mengenai diri seseorang sebagaimana diketahui oleh orang lain.<sup>12</sup>

Sullivan mendefinisikan kepribadian sebagai pola yang relative menetap dari situasi-situasi antar pribadi yang berulang, yang menjadi ciri kehidupan manusia.<sup>13</sup>

Gordon Allport memandang kepribadian sebagai organisasi dinamis didalam individu yang terdiri dari system-sistem psikofisis yang menentukan cara-caranya yang khas dalam menyesuaikan diri dalam lingkungan. System psikofisis terdiri dari kebiasaan, sikap, nilai, kepercayaan, keadaan emosi, motif, dan sentimen.<sup>14</sup> Maksud dinamis

---

<sup>11</sup> Alwisol. *Psikologi Kepribadian* . (Malang: UMMPress, 2008) 8

<sup>12</sup> Hall, Lindzey. *Teori-Teori Psikodinamik (Klinis)*, (Yogyakarta: Kanisius, 1993) 95

<sup>13</sup> Alwisol, 185

<sup>14</sup> Hurlock, 1981, 524-525

pada pengertian tersebut adalah perilaku mungkin saja berubah-ubah melalui proses pembelajaran atau melalui pengalaman-pengalaman.

Pandangan Jung tentang kepribadian adalah prospektif dalam arti bahwa ia melihat kedepan kearah garis perkembangan sang pribadi dimasa depan dan retrospektif dalam arti bahwa ia memperhatikan masa lampau.<sup>15</sup>Jung mengkonsepkan tipe kepribadian secara panjang lebar yang disebut “ekstraversi” dan “introversi”. Jung melihat pribadi ekstrovert memiliki cara pandang objektif atau tidak personal tentang dunia, sedangkan pribadi introvert pada hakikatnya merupakan cara subjektif atau individual melihat segala sesuatu.<sup>16</sup>

Kepribadian menurut Eysenck adalah keseluruhan pola tingkah laku actual maupun potensial dari organisme, sebagaimana ditentukan dari keturunan dan lingkungan. Pola tingkah laku itu berasal dan dikembangkan melalui fungsional dari empat sector utama yang mengorganisir tingkah laku, sector kognitif, sector afektif, dan sector somatik.<sup>17</sup>

Berdasarkan beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa kepribadian adalah segala bentuk sifat dan tingkah laku yang khas yang dapat membedakan seorang individu dengan individu lainnya dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

## 2. Faktor yang Mempengaruhi Terbentuknya Kepribadian

---

<sup>15</sup> Hall, Lindzey. Teori-Teori Psikodinamik (Klinis), (Yogyakarta: Kanisius, 1993)

<sup>16</sup> Feist, J., & Feist, G. J. *Theories of Personality*. (Boston: McGraw-Hill Education. 2008), 354

<sup>17</sup> Alwisol. *Psikologi Kepribadian* . (Malang: UMMPress, 2008), 319

Kepribadian akan berkembang dan mengalami perubahan-perubahan. Tetapi didalam perkembangan itu makin terbentuklah pola-pola yang khas, sehingga merupakan ciri-ciri yang unik bagi setiap individu.

Horney menjelaskan, pengalaman social psikologis dapat mengarahkan pada neurosis. Menurut kepribadian neurotic berkembangnya dari ketidakmampuan orang tua mengasuh anaknya, jika anak dimasa kecilnya sering ditakut-takuti dan ditolak oleh anggota keluarganya, dimana tempat dia menggantungkan dan mendapatkan kasih sayang, rasa aman, rasa cinta pertama dalam hidupnya, maka anak tersebut akan mengembangkan konsep yang tidak realistis, sehingga selanjutnya akan meningkatkan kecemasan diri.<sup>18</sup>

Adapun Jung membagi dua faktor yang membentuk kepribadian, yaitu sebagai berikut:

a. Faktor Genetik

Keturunan merujuk pada faktor genetik seorang individu. Tinggi fisik, bentuk wajah, gender, temperamen, komposisi otot dan reflex, tingkat energy, dan irama biologis adalah karakteristik yang pada umumnya dianggap dipengaruhi oleh siapa orang tua dari individu tersebut, yaitu komposisi biologis, psikologis, dan psikologis bawaan dari individu.

b. Faktor Lingkungan

---

<sup>18</sup> Yusuf, Nurihsan. *Landasan Bimbingan dan Konseling*. (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2011), 27

Kepribadian yang dipengaruhi oleh lingkungan yang berasal dari luar individu tersebut. Faktor lain yang memberi pengaruh cukup besar terhadap pembentukan karakter adalah lingkungan dimana seseorang tumbuh dan dibesarkan; norma dalam keluarga, teman dan kelompok social; dan pengaruh-pengaruh lain yang seorang manusia dapat alami. Faktor lingkungan ini memiliki peran dalam membentuk kepribadian seseorang.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa kepribadian dibentuk dari genetic dan lingkungan yang dapat mempengaruhi cara berpikir, sikap, kecerdasan, dan lain sebagainya.

### 3. Macam-Macam Tipe Kepribadian (*Personality Types*)

Tipe kepribadian berdasarkan aspek biologis, Hippocrates membagi kepribadian menjadi 4 elompok besar dengan focus pada cairan tubuh yang mendominasi dan memberikan pengaruh kepada individu tersebut. 4 jenis cairan tubuh ini meliputi: empedu kuning (choleric), empedu hitam (melancholic), cairan lender (flegmatic), dan darah (sanguinis)<sup>19</sup>

- a. Sanguinis, karakteristiknya cepat, periang, tidak stabil. Disebabkan oleh pengaruh proses darah.
- b. Choleric, karakternya mudah marah. Disebabkan oleh proses empedu kuning

---

<sup>19</sup> Patty, dkk. *Pengantar Psikologi Umum*. (Surabaya: Usaha Nasional, 1982), 155

- c. Melankolis, karakteristiknya pesimistis, pemurung. Disebabkan oleh pengaruh proses empedu hitam.
- d. Flegmatis, karakteristiknya lamban, tidak mudah tergerak. Disebabkan oleh pengaruh proses lendir.

Tipe kepribadian berdasarkan aspek biologis, Ernst Kretschmer membagi kepribadian menjadi 4 kelompok besar dengan focus pada struktur fisik dengan watak atau tingkah laku. Adapun tipe-tipe manusia sebagai berikut<sup>20</sup>:

- a. Tipe Pignis atau *pyknoïd*: orang dengan perawakan gemuk, mempunyai sifat humor, gembira, optimistis.
- b. Tipe Atletis: yang bertubuh atlet, mempunyai sifat realistis, punya watak ingin berkuasa, ekstrovert, supel dalam pergaulan.
- c. Tipe Astenis: yang bertubuh kurus, biasanya punya watak pemurung, kaku dalam pergaulan dan mudah tersinggung (*sensitive*).
- d. Tipe Displastis (*hypoplastic*): ialah orang yang perkembangannya tidak normal, atau *under developed* (kerdil), selamanya mempunyai perasaan inferioritas.

Tipe kepribadian berdasarkan nilai-nilai dan bidang pengetahuan, Spranger membagi kepribadian menjadi 6 kelompok, diantaranya<sup>21</sup>:

- a. Tipe Teoritis

---

<sup>20</sup> *Ibid*, 157-158

<sup>21</sup> Patty, dkk. *Pengantar Psikologi Umum*. (Surabaya: Usaha Nasional, 1982), 165-170

Minat yang paling dominan seorang theoreticalmen ini ialah mencari dan ingin menemukan kebenaran (the truth). Untuk mencapai tujuan itu ia berwatak dan mengambil sikap “kognitif”, mengamati dengan mendalam disatu lagi ia melihat identitas dan kekhususan tiap-tiap sesuatu.

b. Tipe Ekonomis

Seorang tipe ekonomis ini digambarkan sebagai seorang yang minatnya terpusat pada nilai guna sesuatu, apa yang berguna baginya. Dan biasanya dasar utama terletak pada kepuasan kebutuhan-kebutuhan badaniyahnya (self preservation).

c. Tipe Estetis

Orang estetis ini melihat nilai yang tertinggi baginya ialah didalam bentuk dan harmoni daripada segala sesuatu. Tiap-tiap pengalaman yang ia alami selalu ditinjau dari titik-tolak dan nilai grace (keindahan, kesempurnaan), keharmonisan, dan kecocokan.

d. Tipe Sosial

Nilai tertinggi bagi orang tipe social ialah cinta kepada sesama manusia. Bagi orang tipe social ini “memberi” adalah tujuan dalam hidupnya karena itu ia selalu bersimpati dan tiada rasa egoism sama sekali.

e. Tipe Politik

Pusat minat manusia tipe politik ini ialah power (kekuasaan). Kegiatannya meskipun tidak selamanya didalam bidang politik dalam pengertian kenegaraan, namun dimana dan apa saja

pekerjaannya ia memperlihatkan sikapnya sebagai *machtmench* (manusia kuasa).

f. Tipe Religies

Nilai dan norma tertinggi bagi manusia religies ini ialah apa yang disebut *unity* (kesatuan). Ia bersikap mistik dan mencari serta mencoba memahami alam kosmos sebagai satu keseluruhan, dan dia menyatukan dirinya dalam pelukan totalitas semesta itu.

Tipe manusia sangat beragam berdasarkan pendekatan-pendekatan yang dipakai. Berdasarkan arah perhatiannya, Jung membedakan manusia menjadi 3 golongan:

- a. Tipe *Extraverse*
- b. Tipe *Introverse*
- c. Tipe *Ambiverse*

Eysenck mendasarkan pada dua dimensi temperamen pada tipe kepribadian, antara lain<sup>22</sup>:

- a. *Neurotisme*: mencakup dari orang-orang normal sampai orang cenderung gugup.
- b. Ekstraversi-introversi: orang ekstraversi mempunyai kendali diri yang kuat, sedangkan untuk orang introversi sebaiknya mempunyai kendali diri yang buruk.

---

<sup>22</sup> Boeree, C. George. *Personality Theories: Melacak Kepribadian Anda Bersama Psikolog Dunia*. (Yogyakarta: Prismsophie, 2005), 231-232

Dari beberapa macam tipe kepribadian yang telah dikemukakan para ahli, penulis menggunakan tipe kepribadian yang dikemukakan oleh Eysenck karena Eysenck memiliki konsep tentang kepribadian ekstrovert dan introvert yang lebih populer dan memberikan perhatian yang besar terhadap kejelasan dan ketetapan pengukuran dalam konsep teorinya.

#### 4. Konsep Kepribadian Ekstrovert dan Introvert

Eysenck memberikan perhatian yang besar terhadap kejelasan dan ketetapan pengukuran dalam konsep teorinya. Hingga kini, kebanyakan usahanya ditujukan untuk menentukan apakah ada perbedaan-perbedaan konsep yang signifikan dalam tingkah laku yang dihubungkan dengan perbedaan-perbedaan individual dan rangkaian kesatuan ekstrovert dan introvert.

Eysenck memiliki konsep tentang kepribadian ekstrovert dan introvert yang lebih populer dibandingkan dengan tokoh-tokoh lainnya. Eysenck menyatakan bahwa ekstrovert ditandai terutama oleh keakraban dan impulsive, tetapi juga oleh kelucuan, keceriaan, optimis, kecakapan yang cepat, dan trait lainnya menunjukkan orang-orang yang dihargai karena hubungan mereka dengan orang lain.<sup>23</sup>

Eysenck mengemukakan bahwa seseorang yang memiliki tipe kecenderungan ekstrovert akan memiliki karakteristik sebagai berikut: mereka tergolong orang yang ramah, suka bergaul, menyukai pesta, memiliki banyak teman, selalu membutuhkan orang lain untuk diajak

---

<sup>23</sup> Feist, J., & Feist, G. J. *Theories of Personality*. (Boston: McGraw-Hill Education. 2002)

berbicara, dan menyukai segala bentuk kerjasama. Mereka tidak jarang selalu mengambil kesempatan yang datang pada mereka, tidak jarang menonjolkan diri, dan sering kali bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu, secara umum termasuk individu yang meledak-ledak. Individu ini lebih suka melakukan kegiatan daripada berdiam diri, cenderung agresif, mudah hilang kesabaran, terkadang kurang dapat mengontrol perasaannya dengan baik, dan terkadang juga tidak dapat dipercaya.<sup>24</sup>

Sebaliknya, seseorang yang memiliki kecenderungan introvert akan memiliki karakteristik antara lain: mereka tidak banyak bicara, malu-malu, mawas diri, suka menyendiri, merenung, dan menghindari resiko. Mereka cenderung menjaga jarak kecuali dengan teman dekat mereka. Memiliki sifat yang sabar, serius, sensitive, lebih suka beraktifitas sendiri, mudah tersinggung, saraf otonom labil, mudah terluka, rendah diri, suka melamun dan gugup. Mereka juga tidak menyukai suasana keramaian, selalu memikirkan masalah sehari-hari secara serius serta menyukai keteraturan dalam kehidupan. Individu introvert dapat mengontrol perasaan mereka dengan baik, jarang berperilaku agresif, tidak mudah hilang kesabaran. Mereka merupakan orang yang bisa dipercaya, sedikit pesimistis, dan menetapkan standar etis yang tinggi dalam hidup.<sup>25</sup>

Berdasarkan uraian mengenai ekstrovert dan introvert yang telah diungkapkan, dapat diambil kesimpulan bahwa mengenai ekstrovert

---

<sup>24</sup> Atkinson. *Pengantar Psikologi Edisi Ke-8 Jilid Dua (diterjemahkan oleh Nurdjah Taufik & Agus Dharma)*. (Jakarta: Erlangga, 1993), 370

<sup>25</sup> *Ibid*, 371

lebih berkaitan dengan dunia di luar manusia tersebut sehingga lebih cenderung membuka diri dengan kehidupan luar, sedangkan introvert adalah tipe kepribadian yang lebih berkaitan dengan dunia dalam pikiran manusia itu sendiri, sehingga lebih cenderung menutup diri dari kehidupan luar. Tipe kepribadian ekstrovert juga ditandai dengan sosiabilitas, mereka membutuhkan interaksi social seperti berkomunikasi. Seiring berkembangnya teknologi, komunikasi manusia telah berkembang melalui penggunaan teknologi canggih seperti smartphone. Salah satu fungsi paling penting dari smartphone sendiri ialah kontribusinya terhadap evolusi komunikasi social. Smartphone memungkinkan individu untuk memperluas sosialisasinya di luar metode komunikasi tradisional atau *face-to-face*. Sehingga smartphone mampu menggantikan komunikasi social yang dapat memudahkan individu untuk berkomunikasi satu sama lain tanpa harus bertatap muka atau bertemu secara langsung ataupun berdekatan secara fisik.

##### 5. Dimensi-Dimensi Kepribadian Ekstrovert dan Introvert

Menurut Eysenck, terdapat tujuh sub dimensi dari kepribadian ekstrovert dan introvert<sup>26</sup>, yaitu:

- a. *Activity*, yaitu yang berkaitan dengan faktor aktivitas. Menjelaskan bahwa orang yang memiliki tipe ekstrovert adalah aktif enerjik, menyukai aktivitas fisik termasuk kerja keras dan olah raga serta memiliki minat yang bervariasi. Sedangkan orang yang memiliki tipe

---

<sup>26</sup> Pervin, L.A., et al. *Personality: Theory and Research*. (Hoboken. NJ: Wiley. 2005)

kepribadian introvert adalah kurang aktif, lebih senang memikirkan sesuatu dari pada melakukan sesuatu, menyukai aktivitas yang tidak tergesa-gesa.

- b. *Sociability*, yaitu kemampuan bermasyarakat. Menjelaskan bahwa orang yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert adalah menyukai pergaulan, pesta-pesta dan acara-acara sosial, cenderung mencari dan membina hubungan dengan orang lain, serta merasa senang dengan orang-orang yang baru dikenalnya. Sedangkan orang yang introvert lebih memilih mempunyai banyak teman-teman dekat yang sedikit dan lebih menikmati melakukan sesuatu sendirian. Mereka cenderung merasa cemas jika harus dihubungkan dengan orang lain walaupun mereka sendiri tidak merasa ada sesuatu yang kurang. Bagi orang lain, mereka terlihat sebagai seorang yang terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri dan mungkin juga kurang ramah.
- c. *Risk taking*, yaitu pengambilan resiko. Menjelaskan bahwa orang yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert adalah mencari imbalan (reward) dengan risiko sekecil mungkin, mereka menganggap risiko adalah bumbu kehidupan, tidak takut pada perubahan, dan pengungkapan perasaan. Sedangkan Introvert, lebih menyukai kebiasaan, keamanan, dan keselamatan, bahkan jika itu berarti mengorbankan sebagian kesenangan hidupnya, mereka cenderung dikuasai perasaan takut.
- d. *Impulsiveness*, yaitu memperturutkan suara hati. Menjelaskan bahwa orang yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert adalah cenderung

menunjukkan ciri kepribadian yang *impulsive*, bertindak tanpa dipikirkan dahulu, membuat keputusan secara tergesa-gesa tanpa informasi yang memadai, biasanya riang tidak ada yang dipikirkan (*carefree*), mudah berubah, dan tidak bisa diramalkan. Sedangkan introvert sangat berhati-hati dalam membuat keputusan dan menyukai sesuatu yang dapat dikontrol oleh dirinya. Mereka sistematis, teratur, berhati-hati, dan bertanggung jawab secara sungguh-sungguh. Mereka kurang spontan dan dikendalikan oleh rasa takut.

- e. *Expressiveness*, yaitu kemampuan untuk menyatakan atau mengungkapkan perasaan-perasaan cinta, benci, sedih, marah, atau takut secara terbuka dan dapat diamati. Menjelaskan bahwa orang yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert adalah menyatakan perasaan secara demonstratif dan mudah. Sedangkan orang yang memiliki tipe kepribadian introvert adalah lebih banyak menyembunyikan perasaan. Mereka mencoba mengubur rasa marah di masa lalu dan membiarkan diri frustrasi dan menganggap semua tidak pernah terjadi.
- f. *Reflectiveness*, yaitu memikirkan atau membayangkan. Menjelaskan bahwa orang yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert adalah cenderung lebih praktis, mereka lebih senang melakukan sesuatu daripada memikirkan sesuatu. Sedangkan introvert adalah berminat pada pengetahuan, tapi lebih untuk diri sendiri, bukan untuk diterapkan secara praktis, memang senang berpikir, introspeksi, dan banyak pertimbangan sebelum melakukan tindakan. Mereka

menyukai ide-ide, hal-hal yang abstrak, dan renungan-renungan. Kesenangan terhadap ide-ide intuitif ini merupakan dasar dari kreativitas.

- g. *Responsibility*, yaitu tanggung jawab. Menjelaskan bahwa orang yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert adalah cenderung sembarangan, kurang peduli, dan kurang tanggung jawab dibandingkan dengan individu yang introvert, serta tidak dapat diramalkan. Sedangkan mereka yang introvert adalah mereka yang berhati-hati, dapat dipercaya, dan sungguh-sungguh.

### **C. Tinjauan Tentang Remaja**

#### **1. Pengertian Remaja**

Remaja didefinisikan sebagai masa perubahan yang kompleks, yakni individu bertransisi dari masa kekanakan hingga menjadi dewasa. Selama periode ini, individu memiliki persahabatan dalam kelompok sebaya. Para remaja menghabiskan lebih banyak waktu bersama anak-anak seumurannya dibandingkan dengan orang tuanya. Dijelaskan oleh Kartono, penghubung dari masa kekanakan menuju masa dewasa ialah masa remaja.<sup>27</sup> Pada masa ini, pematangan fungsi mental dan fisik (terutama fungsi seksual) telah mengalami perubahan yang penting dan sangat diperlukan.

Masa peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa ialah ketika remaja, hal tersebut diungkapkan oleh Santrock. Sedangkan, definisi remaja secara konseptual dikemukakan oleh WHO.<sup>28</sup> Terdapat 3 kriteria

---

<sup>27</sup> Kartono, Kartini. *Psikologi Remaja*, (Bandung: PT. Mandar Maju, 1995), 148

<sup>28</sup> Sarwono, Sarlito. *Psikologi Remaja*. (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2006), 7

yang jelaskan pada definisi tersebut, yakni kondisi sosial ekonomi, psikologis, serta biologis. Oleh karena itu, penjelasan lengkapnya adalah bahwa masa remaja adalah masa pertumbuhan individu, dan memperlihatkan ciri-ciri seksual sekunder untuk pertama kalinya sampai individu tersebut berada pada kematangan secara seksual, merasakan terjadinya psikologis yang berkembang serta proses mengenali identitas diri sendiri. Selain itu juga telah mencapai kondisi yang serba mandiri tanpa ketergantungan keadaan.

Anna Freud juga mengemukakan pendapat bahwa terdapat proses perkembangan selama masa remaja, berupa berubahnya perkembangan pada psikoseksual, serta berubahnya cara berhubungan terhadap orang tua dan cita-cita individu pada masa depan.<sup>29</sup> Peralihan ketika remaja sebagian berada pada masa kekanakan, tetapi sebagiannya lagi berada pada masa kedewasaan. Tinggi badan yang terus bertambah menunjukkan proses perkembangan biologis pada masa kanak-kanak. Sedangkan masa dewasa ditandai dengan matangnya seluruh organ biologis tubuh, serta mampu berpikir berdasarkan abstrak.<sup>30</sup>

Seorang remaja berjuang mencari status sosial yang mereka inginkan, karena mereka belum mampu memahami dengan baik fungsi psikis dan fisik yang dimilikinya. Piaget menjelaskan, masa remaja secara psikologis merupakan usia dimana individu dan orang dewasa berintegrasi secara sosial, dimana diantara keduanya memiliki status hak yang sejajar.

---

<sup>29</sup> Hurlock, E. B. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2004), 206

<sup>30</sup> *Ibid*

Dalam tinjauan lebih kompleks lagi beberapa sifat masa peralihan ditunjukkan pada remaja. Dimana remaja tidak bisa dikategorikan berstatus sebagai kanak-kanak, belum memenuhi juga jika masuk pada status dewasa. Rentang usia 12 hingga 15 tahun masuk dalam masa remaja awal. Sedangkan rentang usia 15 hingga 18 tahun mulai memasuki masa remaja pertengahan, serta rentang usia antara 18 hingga 21 tahun ialah masa remaja akhir.<sup>31</sup>

Berdasarkan pengertian yang dijelaskan ini, diperoleh informasi bahwa remaja ialah masa peralihan dari kanak-kanak menjadi dewasa. Seperti halnya status anak tidak disandang lagi oleh remaja, namun belum mendapatkan status orang dewasa.

## 2. Tugas Perkembangan Remaja

Segala tugas yang terkait dengan pertumbuhan remaja dipaparkan oleh Havighurst, dimana beberapa tugas tersebut meliputi<sup>32</sup>:

- a. Lebih matang dalam proses menjalin pertemanan yang baru baik dengan teman sebaya wanita ataupun pria.
- b. Melakukan pencapaian terhadap peran sosial wanita dan pria.
- c. Keadaan pada fisik yang dimiliki mampu diterima dan digunakan secara efektif.
- d. Mengamalkan perilaku sosial yang bertanggung jawab.

---

<sup>31</sup> Kartono, Kartini. *Psikologi Remaja*, (Bandung: PT. Mandar Maju, 1995), 36

<sup>32</sup> Hurlock, E. B. *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2004), 208

- e. Mampu melakukan pencapaian terhadap kemandirian emosional yang berasal dari orang dewasa lainnya ataupun orang tua.
- f. Melakukan persiapan pada karir ekonomi.
- g. Mulai memikirkan hal terkait menikah dan keluarga.
- h. Mendapatkan etika yang dijadikan pedoman dalam praktik perilaku ideologis.

Beberapa tugas perkembangan masa remaja juga dipaparkan oleh Hurlock, yaitu<sup>33</sup>:

- a. Keadaan fisiknya mampu diterima dengan baik.
- b. Peran serta perilaku seksual orang dewasa diterima dan dipahami.
- c. Dalam menjalin hubungan baik dengan lain jenis anggota kelompok dilakukan secara mampu.
- d. Kemandirian emosional tercapai.
- e. Mewujudkan ekonomi yang mandiri.
- f. Konsep serta keterampilan pengetahuan dalam berperan di masyarakat dikembangkan dengan baik.
- g. Nilai-nilai pada orang dewasa dan orang tua difahami.
- h. Melakukan pengembangan terhadap perilaku yang memiliki tanggung jawab secara sosial dalam rangka persiapan menuju dewasa.
- i. Bersiap masuk pada pernikahan.
- j. Mampu berpikir dengan baik serta siap bertanggungjawab dalam berkeluarga.

---

<sup>33</sup> *Ibid*

Beberapa tugas dalam perkembangan remaja juga dipaparkan oleh William Kay, meliputi<sup>34</sup>:

- a. Fisiknya sendiri mampu diterima.
- b. Mandiri dalam emosional telah dicapai mengacu dengan figure otoritas ,maupun orang tua.
- c. Mulai berkembangnya komunikasi intrapersonal dan belajar beradaptasi dengan orang lain, baik individu maupun bersama-sama.
- d. Telah memiliki manusia model sebagai acuan identitasnya.
- e. Optimis terhadap kemampuan dirinya serta mempercayai diri sendiri.
- f. Melakukan penguatan *self-control* terhadap prinsip ataupun falsafah hidup.
- g. Meninggalkan sikap ataupun perilaku pada status kekanak-kanakan.

#### **D. Perilaku Nomophobia Ditinjau dari Tipe Kepribadian *Ekstrovert* dan *Introvert***

Nomophobia merupakan akronim yang diambil dari *no-mobile-phone-phobia*. Dimana ketidaknyamanan, kecemasan, dan ketakutan digambarkan karena imbas dari perkembangan dunia modern terhadap perilaku ketergantungan terhadap ponsel. Seiring telah berkembangnya *information* dan *technology* di Indonesia, mayoritas pengguna ponsel bertransisi untuk meninggalkan ponsel menuju penggunaan *smartphone*. Hasil penelitian yang diperoleh Correia dan Yildirim memaparkan setidaknya *nomophobia* memiliki 4 aspek yang saling berkaitan, yaitu

---

<sup>34</sup> *Ibid*, 210

kenyamanan mengandalkan smartpone, kehilangan koneksi, ketidakmampuan berkomunikasi, serta ketidakmampuan mengakses informasi.

Survey yang telah dilakukan oleh Lembaga Penelitian dan Survey Pelajar Pemuda PW Ikatan Pelajar Nahdlatul Ulama (IPNU), menjelaskan saat ini smartpone sudah dikenal dan digunakan sejak mereka masih muda. Kecanduan dengan penggunaan smartpone adalah salah satu diantara dampak negatif yang muncul. Ditambah dengan saat ini smartpone menyediakan kemudahan kepada pengguna melalui fitur-fiturnya yang menarik (seperti aplikasi game, media sosial, aplikasi edit foto atau video, dan lain-lain)<sup>35</sup>. Namun disisi lain, smartpone menyediakan beberapa fitur unggulan yang mampu membuat pengguna semakin terikat sehingga tingkat kecanduan pada pengguna smartpone semakin meningkat tinggi. Dengan bergantung pada kecanggihan serta kenyamanan yang diperoleh dari smartpone, rasa gelisah dan cemas akan timbul ketika pengguna tidak berada dekat dengan smartpone tersebut.

Dalam proses penelitian ini, pendekatan sifat akan diterapkan oleh penulis, yaitu berupa teori kepribadian yang dikemukakan oleh Eysenck. Dimana Eysenck melakukan pembagian terhadap tipe pada kepribadian manusia menjadi Introvert (*Neurotisme*) dan Ekstrovert (*Extraversion*). Menurutnya, introvert tidak banyak bicara, malu-malu, mawas diri, suka

---

<sup>35</sup> Reza, J. I. "Makin Banyak Remaja di Asia yang Kecanduan Smartpone". *Liputan6.com*, <http://teknoliputan6.com/read/2329307/makin-banyak-remaja-di-asia-yang-kecanduan-smartphone>, diakses tanggal 18 Januari 2020 pukul 12.20 WIB

menyendiri, merenung, dan menghindari resiko. Mereka cenderung menjaga jarak kecuali dengan teman dekat mereka. Memiliki sifat yang sabar, serius, sensitive, lebih suka beraktifitas sendiri, mudah tersinggung, saraf otonom labil, mudah terluka, rendah diri, suka melamun dan gugup. Sementara ekstrovert memiliki ciri yaitu orang yang ramah, suka bergaul, menyukai pesta, memiliki banyak teman, selalu membutuhkan orang lain untuk diajak berbicara, dan menyukai segala bentuk kerjasama. Mereka tidak jarang selalu mengambil kesempatan yang datang pada mereka, tidak jarang menonjolkan diri, dan sering kali bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu, secara umum termasuk individu yang meledak-ledak.

Bianchi dan Philip, menjabarkan bahwa nomophobia terjadi pada seseorang yang memiliki kecanduan pada ponsel dari faktor yang disebabkan oleh kepribadian ekstrovert. Sementara itu, hasil riset yang diperoleh Syaadah tentang relasi antara seseorang yang memiliki tipe kepribadian Ekstrovert dan Introvert dengan nomophobia di masa remaja juga ditemukan bahwa tipe kepribadian introvert berhubungan dengan nomophobia. Sehingga kesimpulan yang bisa diambil dengan mengacu pada kedua hasil penelitian tersebut adalah tipe individu yang berkepribadian ekstrovert dan introvert berkaitan terhadap nomophobia.

Indikasi seseorang yang bertipe kepribadian ekstrovert secara umum lebih rentan terhadap perilaku adiktif, seperti kecanduan alcohol dan narkoba. Bianchi dan Phillips menyimpulkan bahwa tipe ekstrovert lebih rentan terhadap masalah penggunaan smartphone dengan alasan bahwa

mereka cenderung mencari situasi social<sup>36</sup>. Di dalam smartphone terdapat wadah bagi individu yang cenderung mencari situasi social, mereka dapat lebih berekspresi dengan bebas dan menunjukkan eksistensinya saat menjalin hubungan secara luas dengan orang lain. Tipe kepribadian ini akan cenderung suka mengeluarkan dan mengungkapkan perasaan, pikiran, dan pendapatnya akan suatu hal. Social media seperti *twitter*, *facebook*, *path*, *instagram*, *tumblr*, dan sebagainya merupakan wadah yang sangat pas untuk mengekspresikan diri mahasiswa dengan tipe kepribadian ekstrovert. Social media akan sangat mudah diakses dari smartphone karena penggunaanya akan dapat mengekspresikan dirinya kapanpun dan dimanapun selama smartphone berada didekatnya

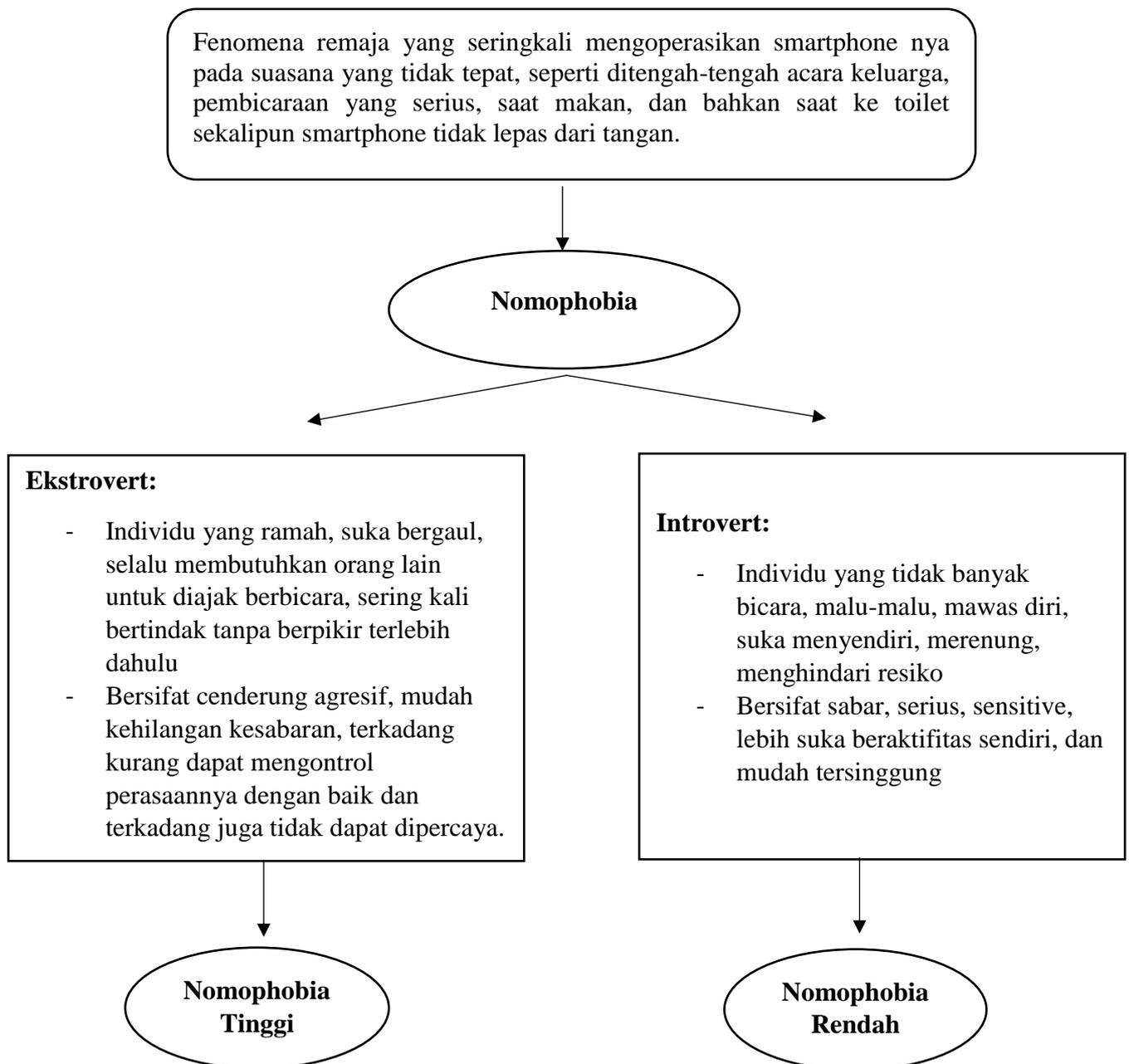
Sebab itu, saat individu ekstrovert ini terhalang dalam berkomunikasi, kehilangan koneksi, dan tidak dapat mengakses informasi, maka mereka akan merasa cemas, apalagi jika keberadaan smartphonanya itu tidak dekat dengan dirinya. Mereka beranggapan bahwa smartphone merupakan objek komunikasi yang baik bagi mereka. Pada saat yang sama, kepribadian introvert memiliki ciri khas yaitu watak yang tenang, pendiam, sabar, serius, sensitive, lebih suka beraktifitas sendiri, mudah tersinggung, rendah diri, dan gugup. Individu yang introvert juga cenderung menjauhkan diri, tidak mudah bergabung dengan orang lain, dan susah mengartikulasikan ide-idenya. Biasanya seorang introvert lebih suka melakukan kegiatan menyendiri seperti *chatting*, *nge-game*, mencari informasi untuk tugas ataupun yang lain. Oleh sebab itu ketika seorang

---

<sup>36</sup> *Ibid*

introvert tidak dapat berkomunikasi, kehilangan keterhubungan serta tidak dapat mengakses informasi maka seorang tersebut akan merasakan kecemasan terlebih lagi ketika jauh dari smartphonenya karena bagi seorang introvert smartphone adalah teman terbaik.

Berdasarkan kerangka teoritis diatas, berikut bagan yang digunakan untuk menunjukkan perbedaan kecenderungan nomophobia yang mengacu pada tipe kepribadian tersebut:



## **E. Hipotesis Penelitian**

Terkait analisis pada beberapa kajian teoritik yang telah dilakukan sebelumnya, sehingga hipotesis yang diajukan ialah

H<sub>0</sub>: Tidak ada perbedaan signifikan antara kepribadian Ekstrovert dan Introvert dengan kecenderungan Nomophobia dalam diri remaja SMA di Kota Kediri.

H<sub>a</sub>: Terdapat perbedaan signifikan antara kepribadian Ekstrovert dan Introvert dengan kecenderungan Nomophobia dalam diri remaja SMA di Kota Kediri.