

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Didalam kehidupan, manusia adalah makhluk sosial yang pada dasarnya tidak mampu hidup sendiri di dalam dunia ini baik sendiri dalam konteks fisik maupun dalam konteks sosial-budaya (Bungin, 2006). Manusia bergantung dengan manusia lainnya dalam hal pemenuhan kebutuhan. Manusia hidup berdampingan dengan manusia lainnya dan saling membutuhkan satu sama lain untuk melakukan interaksi sosial. Interaksi sosial adalah proses yang menunjuk pada hubungan-hubungan sosial yang dinamis, yang menyangkut hubungan antara orang-orang perorangan, antara kelompok-kelompok, maupun antara orang perorangan dengan kelompok (Kulsum & Jauhar, 2014).

Interaksi sosial menjadi hal yang penting dimana individu dapat saling membangun hubungan kehidupan sosial yang baik antara individu satu dengan individu yang lainnya. Soekanto (dalam Anwar, 2016) juga mengemukakan aspek interaksi sosial terdiri dari adanya kontak sosial, yaitu peristiwa terjadinya hubungan sosial antara individu satu dengan yang lain. Kontak yang terjadi tidak hanya secara fisik tetapi juga secara simbolik seperti senyum dan berjabat tangan. Aspek yang kedua adanya komunikasi yaitu penyampaian sebuah informasi kepada orang lain yang dilakukan secara timbal balik. Dalam penyampaian proses komunikasi terbagi secara primer atau yang terjadi secara langsung dan komunikasi sekunder atau komunikasi yang terjadi secara tidak langsung. Komunikasi primer atau langsung adalah komunikasi yang dilakukan tanpa media perantara atau dilakukan langsung dengan bertatap muka. Sedangkan komunikasi sekunder atau tidak langsung adalah cara seseorang melakukan komunikasi dengan alat komunikasi (Guntira, 2014). Dengan hal ini, komunikasi tidak langsung terjadi dengan bantuan alat komunikasi yang dapat menghubungkan individu dengan individu lainnya sekalipun berada dalam jarak yang jauh dan sulit untuk bertatap muka secara langsung.

Semakin berkembangnya era teknologi, kini interaksi sosial dapat dilakukan melalui perangkat komunikasi yang bernama telepon genggam. Mengikuti perkembangan teknologi digital yang semakin pesat dan modern, kini telepon genggam tidak hanya digunakan sebagai alat untuk berkomunikasi melalui panggilan telepon dan sms saja, namun lebih dari itu, kemajuan teknologi digital ini telah melahirkan telepon genggam versi terbaru yang lebih canggih dan multifungsi yaitu *smartphone*. Muncul dan berkembangnya perangkat lunak seperti berbagai aplikasi *chatting* yang dapat memudahkan setiap orang untuk berkomunikasi, sehingga jarak kini bukanlah menjadi penghalang untuk individu melakukan komunikasi (Pradana, Muqtadiroh & Nisafani, 2016). Pengguna *smartphone* semakin dipermudah dan dimanjakan dengan banyaknya fitur-fitur yang memudahkan mereka dalam berkomunikasi. Hal apapun dapat dilakukan melalui *smartphone* seperti *video call*, mendengarkan musik, menonton video, browsing hingga berinteraksi di media sosial.

Kehadiran dan kemudahan yang didapat dari adanya *smartphone* tentu mengundang sejumlah dampak, baik secara positif maupun negatif bagi kehidupan manusia. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Bragazzi & Puente (2014) dengan judul “*A Proposal for Including Nomophobia in the New DSM-V*” menjelaskan manfaat dan aspek positif dari penggunaan *smartphone* misalnya individu akan terfasilitasi dalam hal pertukaran informasi dan komunikasi, mengatasi hambatan karena perbedaan jarak dalam berkomunikasi, dan lain sebagainya. Namun, adanya teknologi baru yang ditandai dengan tidak adanya komunikasi tatap muka juga dapat mengganggu interaksi sosial, menyebabkan perilaku terganggu maupun perasaan yang buruk, menyebabkan isolasi sosial, keterasingan, masalah ekonomi atau masalah keuangan, serta patologi secara fisik maupun psikologis seperti kerusakan akibat terpapar radiasi medan elektromagnetik, kecelakaan mobil, dan *distress* terkait dengan rasa takut tidak mampu menggunakan perangkat teknologi baru yang disebut *smartphone*.

Tidak hanya itu, penggunaan *smartphone* yang salah dan berlebihan juga dapat menyebabkan kecelakaan yang berujung pada kematian. Seperti yang diungkapkan oleh Wardani (2017), kematian yang disebabkan oleh penggunaan

*smartphone* antara lain jatuh dari tebing, meninggal karena menggunakan fitur pelacak, memakai *smartphone* sambil mengemudi, tersengat listrik, menyeberang sambil melihat *smartphone*, tertabrak truk, berlari ke api, bahkan yang lebih tragis yaitu *smartphone* meledak serta anak tenggelam karena ibu yang asyik bermain *smartphone*. Selain itu, rendahnya pengawasan dari orang tua juga turut mendukung individu untuk terus-menerus menggunakan *smartphone* mereka. Seperti yang dikatakan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak yang menilai bahwa pengawasan orang tua terhadap penggunaan gawai (gadget) pada anak masih rendah dan hanya sekitar 2-3% yang menggunakan fitur parental control pada gawai yang digunakan anak (Zulfikar, 2018).

Survei mengenai pengguna internet yang dilakukan oleh APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) mengungkapkan bahwa pengguna internet secara total di Indonesia pada tahun 2018 tumbuh sekitar 10,12% menjadi 171,17 juta jiwa dibandingkan tahun sebelumnya hanya mencapai sebesar 143,26 juta jiwa (Nabila, 2019). Peningkatan pengguna internet ini tentu akan terus berkembang seiring didukung oleh pesatnya perkembangan teknologi yang mana mau tidak mau arus ini akan membawa manusia untuk menjadi generasi yang cerdas akan teknologi. Namun, bagi mereka yang enggan memanfaatkan internet dan kecanggihan teknologi, tentu hal ini akan menyulitkan mereka dalam melakukan komunikasi dan cenderung akan dicap sebagai seseorang yang gagap teknologi (gaptek).

Semakin maraknya penggunaan *smartphone* ditunjang dengan adanya penggunaan internet. Survei mengenai penetrasi dan perilaku pengguna internet yang dilakukan oleh APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) pada tahun 2018 memperlihatkan bahwa dari segi usia, kelompok usia 15-19 tahun menempati urutan tertinggi, kemudian diikuti oleh usia 20-24 tahun, 25-29 tahun, 30-34 tahun, 35-39 tahun, dan terakhir usia 10-14 tahun dari total pengguna sebanyak 171,17 juta jiwa penduduk Indonesia (Haryanto, 2019). Hal berbeda terlihat pada satu tahun sebelumnya yakni pada tahun 2017, rentang usia pengguna internet paling tinggi ditempati oleh usia 19 hingga 34 tahun dengan persentase sebesar 49,52%. Posisi kedua terdapat usia 35 hingga 54 tahun dengan persentase

sebesar 29,55%. Lalu dengan persentase sebesar 16,68% oleh usia 13 hingga 18 tahun dan sebesar 4,24% pada usia diatas 54 tahun menempati urutan terakhir (Isparmo, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa tren penggunaan *smartphone* yang juga ditunjang dengan penggunaan internet digunakan oleh individu dari berbagai usia, khususnya yang berada pada kategori usia remaja.

*Smartphone* sudah seperti menjadi benda yang wajib dibawa kemanapun individu berada. Hampir disetiap kegiatan, individu kerap membawa dan menggunakan *smartphone* mereka. Tidak hanya memudahkan individu dalam berkomunikasi, perangkat komunikasi yang mudah digenggam dan dibawa kemana saja inilah menjadikan *smartphone* sebagai perangkat favorit yang paling sering digunakan. Kemudahan-kemudahan yang dirasakan individu di berbagai kalangan tentu memiliki *smartphone* sebagai media untuk berkomunikasi. Park (2014) melaporkan bahwa 60% pemilik *smarthpone* adalah orang dewasa dan 84% pengguna *smartphone* berada pada kalangan mahasiswa.

Menurut UU No 12 tahun 2012, mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi. Penggunaan *smartphone* secara baik dan benar tentu dapat membantu menunjang dan memperlancar aktivitas mereka sebagai mahasiswa dimana mereka menggunakan *smartphone* sebagai penunjang tugas akademik. Hal ini diungkapkan oleh penelitian dari Intan, Mewengkang dan Kalesaran (2017) bahwa *smartphone* yang terkoneksi dengan internet dimanfaatkan mahasiswa untuk mencari tugas kuliah, mengakses berbagai informasi edukasi maupun artikel ilmiah, serta mengakses informasi mengenai administrasi akademik seperti mengecek Kartu Hasil Studi (KHS), Kartu Rencana Studi (KRS), dan berbagai hal lainnya yang dapat diakses melalui *smartphone*. Tidak hanya sekedar menjadi penunjang tugas akademik, fitur yang ditawarkan didalam *smartphone* sangat beragam, otomatis hadirnya beragam fitur menarik semakin menarik dan mengikat penggunaanya agar terus bermain dengan *smartphone*-nya sehingga menimbulkan kecanduan (Reza dalam Sudarji, 2017).

Apabila penggunaan *smartphone* ini tidak digunakan secara bijak dan berlebihan, hal ini tentu akan menimbulkan berbagai permasalahan, salah satunya *nomophobia*. Hal ini senada dengan yang diungkapkan oleh Klub Sehat Indonesia

(2019) bahwa gadget apabila digunakan secara berlebihan dan tidak bijaksana akan mengakibatkan dampak-dampak negatif yaitu *nomophobia*. Penggunaan *smartphone* yang berujung pada kecanduan, menjadi salah satu pemicu *nomophobia* kian banyak terjadi. Kebiasaan mengecek *smartphone* terlalu sering dapat mengakibatkan seseorang mengalami *nomophobia*.

Seiring dengan meningkatnya prevalensi penggunaan *smartphone* berlebihan dan berujung pada kecanduan, hal ini tentu akan semakin meningkatkan terjadinya kecenderungan *nomophobia*. Dalam survei yang dilakukan oleh SecurEnvoy di tahun 2008, gangguan *nomophobia* meningkat yaitu dari 53% menjadi 66%. Selanjutnya studi tahun 2012 menemukan bahwa wanita lebih rentan terhadap *nomophobia*, dengan 70% wanita dibandingkan dengan 61% pria mengekspresikan perasaan cemas mengenai kehilangan telepon mereka atau tidak dapat menggunakan telepon mereka (Yildirim, 2014).

Data mengenai individu yang mengalami *nomophobia* berada pada rentang usia 18-24 tahun, dimana pada usia tersebut merupakan usia yang paling banyak mengalami *nomophobia*, yaitu sebesar 77% dan 68% disusul oleh responden yang berada pada rentang usia 25-34 tahun (Yildirim, 2014). Penelitian lain menemukan bahwa rata-rata tertinggi mahasiswa mengalami *nomophobia* berada pada usia 19 tahun (Putri, 2019). Usia yang berada pada rentang 18-24 tahun termasuk kedalam usia mahasiswa, dimana pada periode tersebut terjadi transisi dari Sekolah Menengah ke Perguruan Tinggi. Masa transisi dari remaja ke dewasa dapat dikatakan sebagai individu yang beranjak dewasa (*emerging adulthood*) yang berkisar dalam rentang usia 18 hingga 25 tahun (Santrock, 2011). Dalam *National Journal of Community Medicine*, penelitian yang dilakukan untuk menilai *nomophobia* di kalangan mahasiswa kedokteran mengungkapkan bahwa dari 200 mahasiswa, hasilnya 39,5% mengalami *nomophobia* (Pavithra dkk, 2015).

Surabaya merupakan kota terbesar di Jawa Timur yang juga sebagai salah satu kota pendidikan dengan banyak berdirinya berbagai perguruan tinggi yang diperhitungkan. Data Badan Pusat Statistik tahun 2018/2019 menyebutkan bahwa Surabaya menjadi kota dengan jumlah perguruan tinggi terbanyak di Jawa Timur. Tidak hanya itu, region Jawa Timur mencatat selama pemberlakuan bekerja dari

rumah atau *work from home* (WFH) telah meningkatnya penggunaan data seluler di Jawa Timur sekitar 13% dengan intensitas penggunaan internet selama sekitar 6-8 jam. Jika dikategorikan berdasarkan daerah, secara berurutan Mojokerto, Malang, Surabaya, dan Jombang mengalami peningkatan penggunaan internet tertinggi di Jawa Timur (Amrozi A, 2020). Selain itu, 36,6% pelajar Surabaya mengakses internet lebih dari 5-8 jam/hari (Satria, 2019). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Satriya (2016) menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas mahasiswa menggunakan *smartphone*, maka semakin memunculkan *nomophobia*. Tidak hanya itu, rata-rata penggunaan *smartphone* digunakan selama 5 jam per hari. Kebiasaan mengecek *smartphone* terlalu sering dapat mengakibatkan seseorang mengidap *nomophobia* (Pradana, Muqtadiroh, & Nisafani, 2016). Fenomena *nomophobia* di kalangan perguruan tinggi di Surabaya pernah dilakukan penelitian oleh Tim Mahasiswa FKM Unair terhadap mahasiswa Unair Surabaya yang menyebutkan bahwa dari 380 responden, ditemukan adanya kecenderungan *nomophobia* dengan kategori sangat berat sebanyak 34 mahasiswa, kategori berat sebanyak 92 mahasiswa, kategori sedang sebanyak 148 mahasiswa, kategori ringan sebanyak 88 mahasiswa, dan tidak *nomophobia* sebanyak 17 mahasiswa (Jawa Pos, 2015).

Mahasiswa berada pada fase *emerging adulthood* yaitu masa transisi dari remaja akhir menuju ke dewasa awal dengan karakteristik yang tidak stabil dalam hubungan interpersonal, pengelolaan kebutuhan hidup, pengembangan emosional dan kognitif. Ketika individu mengalami kesulitan dalam perkembangannya, maka untuk mengatasi hal tersebut penggunaan *smartphone* menjadi lebih penting dibandingkan yang lain, karena aktivitas *online* dapat memperluas dan memperkuat jaringan sosial mereka di dunia maya (Smahel dalam Soliha, 2015). Tidak hanya itu, usia yang muda pada dasarnya lebih dapat menerima perkembangan teknologi yang masuk daripada individu dewasa. Oleh sebab itu, usia yang muda mempunyai kecenderungan fokus ketika menggunakan media teknologi baru dan permasalahan lebih cenderung terjadi serta berkembang pada usia yang muda daripada orang dewasa (Kwon, Kim, Cho & Yang, 2013).

Di perguruan tinggi, penggunaan *smartphone* bersifat universal. Artinya, baik mahasiswa laki-laki maupun perempuan sebagian besar menggunakan

*smartphone* dan berbeda dari segi kebutuhan masing-masing individu. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pavithra dkk (2015) dengan judul “*A Study On Nomophobia - Mobile Phone Dependence, Among Students Of A Medical College In Bangalore*” dalam penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *nomophobia* dengan jenis kelamin, namun jumlah *nomophobia* lebih tinggi pada laki-laki sebesar 44,8% dibandingkan perempuan yang hanya sebesar 33,7%. Penelitian lain menemukan bahwa dari 367 mahasiswa di UMM, 233 mahasiswa dengan persentase 63% mengalami *nomophobia* dengan jenis kelamin perempuan (Saidah, 2017).

Kelekatan terhadap perangkat komunikasi yang bernama *smartphone* membuat individu takut bahkan menjadi *phobia* apabila tidak ada dan berada jauh dari *smartphone*, atau yang dikenal dengan istilah *Nomophobia (No-Mobile Phone Phobia)*. Menurut King dkk (2014) menjelaskan bahwa *nomophobia* dianggap sebagai *phobia* atau gangguan dari dunia modern, yang digunakan untuk menggambarkan bentuk ketidaknyamanan atau kecemasan yang disebabkan oleh tidak tersedianya telepon genggam atau perangkat komunikasi virtual lainnya. Keadaan inilah yang menyebabkan individu menjadi cemas, gelisah, bahkan takut apabila berada jauh dari telepon genggam miliknya.

Gambaran individu yang mengalami *nomophobia* cenderung tidak fokus pada apa yang terjadi di dunia nyata karena keterikatan dengan *smartphone* menghipnotis mereka untuk selalu terus-menerus menggunakan *smartphone* dan terlena akan dunia virtual sehingga ia akan terasingkan dari lingkungannya. Hal ini menjadi dampak dari adanya *nomophobia* itu sendiri. Selain menjadi tidak fokus, dampak dari adanya *nomophobia* bagi kehidupan antara lain individu menjadi stress, sulit bersosialisasi, insomnia, dan mengakibatkan produktivitas menurun (Dwi K, 2018). Bragazzi dan Puente (2014) juga mengemukakan bahwa individu yang memiliki kecenderungan *nomophobia* menghabiskan banyak waktu dalam menggunakan *smartphone*, memiliki satu atau lebih *smartphone*, dan selalu membawa *charger* kemanapun. Tidak hanya itu, mereka merasa cemas dan gugup memikirkan kehilangan atau ketika *smartphone* tidak berada di dekatnya, sering melihat layar *smartphone* untuk melihat atau memastikan apakah terdapat pesan

atau panggilan diterima. Individu dengan kecenderungan *nomophobia* juga menjaga *smartphone* selalu diaktifkan (24 jam sehari), hingga tidur dengan *smartphone* di tempat tidur. Mereka juga melakukan sedikit tatap muka dan interaksi sosial, serta menghabiskan uang hanya untuk penggunaan *smartphone*.

Selain itu, tanda-tanda *nomophobia* yang muncul hampir sama dengan kecanduan internet, oleh karena itu kecanduan *smartphone* merupakan pengembangan dari kecanduan internet yang terlebih dahulu muncul. Menurut Young (dalam Saidah, 2017), delapan tanda tersebut antara lain: (1) selalu memikirkan untuk segera melakukan *online*, (2) berkeinginan menggunakan internet dengan waktu lama untuk mendapatkan kepuasan, (3) kurangnya kontrol diri dalam mengontrol, mengurangi, maupun menghentikan penggunaan internet, (4) sering merasa murung dan gelisah, (5) *online* lebih lama dari waktu yang telah diharapkan, (6) berani mengambil resiko kehilangan hubungan untuk berinternet, (7) rela berbohong untuk menutupi tingkat penggunaan dengan internet, (8) menggunakan internet sebagai media untuk melarikan diri dari masalah dan gangguan *mood* (seperti tidak berdaya, perasaan bersalah, dan depresi). Biasanya akan sering *update* atau berbagi hal-hal yang menggambarkan keadaan dirinya yang tak berdaya, merasa bersalah, dan bahkan mengalami depresi. Hal-hal inilah yang menandakan individu mengalami kecenderungan *nomophobia*.

Terdapat banyak hal yang dapat menyebabkan seseorang mengalami kecenderungan *nomophobia*. Bianchi dan Phillips (2005) mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi kecenderungan *nomophobia*, yaitu jenis kelamin, harga diri (*self-esteem*), usia, ekstraversi, dan neurotisme. Individu dengan *self-esteem* yang rendah adalah mereka yang tidak memiliki kemampuan yang baik untuk menjalin relasi di dunia nyata, sehingga mereka lebih menggunakan media telepon genggam untuk membangun relasi. Hal ini menjadikan mereka membutuhkan dukungan penuh dari teman atau orang lain supaya mereka bisa merasa lebih dihargai (Kircaburun, 2016).

*Self-esteem* merupakan komponen dalam mengevaluasi diri baik secara positif maupun negatif untuk mempersepsikan dirinya sendiri didalam kehidupan sehari-hari. *Self-esteem* menjadi hal yang penting bagi individu untuk melihat

sejauh mana ia menilai dirinya sebagai individu yang berharga. Dayakisni dan Hudaniah (2003) menyatakan bahwa harga diri adalah komponen evaluatif tentang diri, yang terdiri dari evaluasi positif dan negatif tentang diri sendiri yang dimiliki seseorang. Sejalan dengan pendapat tersebut, Widyastuti (2014) mengatakan bahwa harga diri (*self esteem*) adalah evaluasi diri kita secara keseluruhan atau rasa keberhargaan diri. *Self-esteem* atau harga diri menjadi salah satu elemen kebutuhan dasar yang penting bagi manusia. Teori hierarki Maslow mengungkapkan bahwa terdapat 5 kebutuhan, yaitu: (1) kebutuhan fisiologis, (2) kebutuhan keamanan (*safety*), (3) kebutuhan dimiliki dan cinta (*belonging and love*), (4) kebutuhan harga diri (*self esteem*) dan (5) aktualisasi diri (Alwisol, 2009).

Alwisol (2009) menjelaskan bahwa terpenuhinya kebutuhan *self-esteem* tentu akan membuat individu merasa yakin terhadap menjalani kehidupan. Maslow mengungkapkan bahwa kepuasan kebutuhan *self-esteem* menimbulkan perasaan dan sikap percaya diri, diri berharga, diri mampu, dan perasaan berguna dan penting di dunia. Sebaliknya, frustrasi karena kebutuhan *self-esteem* tak terpenuhi akan menimbulkan perasaan dan sikap inferior, canggung, lemah, pasif, tergantung, penakut, tidak mampu mengatasi tuntutan hidup dan rendah diri dalam bergaul. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan Joinson (2004) bahwa individu dengan *self-esteem* yang rendah lebih banyak menggunakan komunikasi yang termediasi oleh perangkat daripada dengan komunikasi tatap muka, sehingga individu dengan *self-esteem* rendah memilih media lain untuk berhubungan dengan orang lain yaitu dengan menggunakan *smartphone*. Namun, kebiasaan mengecek *smartphone* terlalu sering dapat mengakibatkan seseorang mengidap *nomophobia* (Pradana, Muqtadiroh, & Nisafani, 2016).

Individu yang menilai dirinya positif cenderung untuk bahagia, sehat, berhasil dan dapat menyesuaikan diri. Sebaliknya, individu yang menilai dirinya negatif secara relatif tidak sehat, cemas, tertekan, dan pesimis tentang masa depannya dan mudah atau cenderung gagal (Dayakisni & Hudaniah, 2003). Joinson (2004) juga menyatakan bahwa individu yang memiliki harga diri tinggi lebih menyukai untuk melakukan komunikasi langsung (*face-to-face*) sementara individu yang memiliki harga diri yang rendah lebih memilih melakukan komunikasi

melalui sms, email atau media sosial lainnya. Dalam hal ini, gambaran antara individu dengan harga diri yang tinggi dan individu dengan harga diri yang rendah dapat terlihat jelas perbedaannya. Sejalan dengan hal tersebut, Michener dan DeLamater (dalam Prawesti & Dewi, 2016) mengungkapkan individu dengan harga diri tinggi bersikap asertif, terbuka, dan memiliki kepercayaan terhadap dirinya. Sementara itu, individu dengan harga diri rendah cenderung merasa terasing, tidak dihargai, dan tidak dapat mengekspresikan diri.

Seperti yang telah dijelaskan di atas, bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecenderungan *nomophobia* salah satunya adalah *self-esteem*. Hal ini menyebabkan individu dengan *self-esteem* yang rendah kesulitan untuk berinteraksi dengan orang lain yang ada di lingkungannya dan cenderung mengekspresikan diri dengan menggunakan fitur-fitur yang ada di *smartphone* sehingga penggunaan *smartphone* menjadi berlebihan yang dapat memunculkan adanya kecenderungan *nomophobia*. Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti akan mengambil penelitian mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa di Surabaya.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Dari uraian diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa di Surabaya.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa di Surabaya.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun secara praktis.

#### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk perkembangan ilmu pengetahuan terutama dalam bidang kajian Ilmu Psikologi Klinis dan Perkembangan.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini yakni sebagai berikut:

##### 1. Bagi Subjek

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan gambaran, wawasan, pengetahuan, dan referensi agar subjek dapat mengetahui gambaran *self-esteem* yang mereka miliki sehingga mengurangi intensitas penggunaan *smartphone* dan dapat mendukung *self-esteem* didalam diri mereka supaya tidak memunculkan kecenderungan *nomophobia*.

##### 2. Bagi Keluarga

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pembelajaran bagi orang tua untuk dapat memberikan pendidikan, pola asuh dan arahan kepada anak supaya menggunakan *smartphone* dengan bijak agar dapat memantapkan *self-esteem* yang anak miliki sehingga tidak memunculkan kecenderungan *nomophobia*.

##### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan sumber pengetahuan dan referensi bagi para peneliti untuk mengembangkan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan tema penelitian ini.