

**HUBUNGAN ANTARA NOMOPHOBIA DENGAN PERILAKU AGRESIF
PADA GENERASI ALPHA SMPN X SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan program sarjana (SI)
Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung



Disusun oleh :

Nunik Fitriani

(30702100155)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2025

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

HUBUNGAN NOMOPHOBIA DENGAN PERILAKU AGRESIF PADA GENERASI ALPHA SMPN X SEMARANG

Dipersiapkan dan disusun oleh:

NUNIK FITRIANI

30702100155

Telah Disetujui untuk Diuji dan Dipertahankan di depan Dewan Penguji Guna
Memenuhi Sebagian Persyaratan untuk Mencapai Gelar Sarjana Psikologi

Pembimbing,

Tanggal



Ratna Supradewi, S.Psi.,M.Si,Psi

13. Februari 2025

Semarang, 13. Februari 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si

NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN Hubungan antara Nomophobia dengan Perilaku Agresif pada Generasi Alpha SMPN X Semarang

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nunik Fitriani
30702100155

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada 24 Februari 2025

Dewan Penguji

1. Abdurrohim, S.Psi., M.Si.
2. Retno Setyaningsih, S.Psi., M.Si.
3. Ratna Supradewi, S.Psi., M.Si., Psikolog

Tanda Tangan



Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 24 Februari 2025

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



Dr. Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si
NIDN. 210799001

PERNYATAAN

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya Nunik Fitriani dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka.
3. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, 12 Februari 2025

Yang Menyatakan



Nunik Fitriani

MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

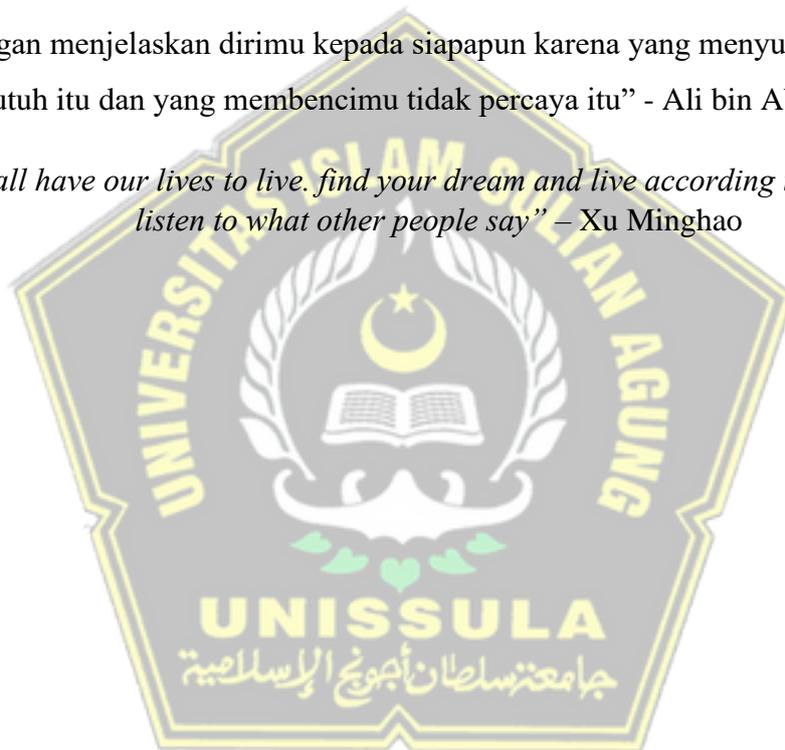
*”Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya” –
(QS. Al-Baqarah:286)*

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

“maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”- (QS. Al-Insyirah:5)

*“Jangan menjelaskan dirimu kepada siapapun karena yang menyukaimu tidak
butuh itu dan yang membencimu tidak percaya itu” - Ali bin Abi Tholib*

*“we all have our lives to live. find your dream and live according to that. don't
listen to what other people say” – Xu Minghao*



PERSEMBAHAN

Bismilahirrahmanirrahim

Penulis persembahkan karya ini kepada:

Allah SWT Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang,

*Mamah dan Alm. Bapakku tersayang, yang selalu memberikan doa, kasih sayang,
dan dukungan setiap saat*

Kakakku yang selalu mendengarkan keluh kesah selama mengerjakan skripsi ini

Almamater Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

SMPN X Kota Semarang

*Dosen pembimbing Ibu Ratna Supradewi, S.Psi.,M.Si., Psikolog yang dengan
penuh kesabaran dalam memberikan bimbingan, ilmu, arahan, dan dukungan
dalam menyelesaikan karya ini.*

Teman-teman yang memberikan banyak informasi dan dukungan

*Serta Seventeen yang telah memberikan banyak hiburan melalui setiap konten
yang diberikan dan menemani setiap proses pengerjaan skripsi*



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, hidayat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga karya yang sederhana ini mampu penulis selesaikan sebagai salah satu syarat untuk mencapai derajat Sarjana Psikologi. Sholawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, semoga kita kelak mendapatkan syafa'at beliau di hari akhir. Penulis sadar bahwa dalam proses penulisan ini banyak terdapat kendala dan rintangan maupun kekurangan yang ada, namun berkat bantuan serta dukungan dan motivasi yang diberikan oleh seluruh pihak secara moril maupun material, semua hal yang terasa berat menjadi lebih ringan untuk dijalani. Pada akhirnya dengan penuh kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA sekaligus selaku dosen wali yang senantiasa telah membantudalam memberikan saran dan perhatian kepada penulis baik dalam proses akademik maupun penelitian
2. Ibu Ratna Supradewi, S.Psi.,M.Si., Psi selaku dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu dan membimbing dengan penuh kesabaran dalam proses mengerjakan, serta memberikan motivasi dan perhatiannya sehingga skripsi dapat terselesaikan dengan baik
3. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi UNISSULA yang telah memberikan berbagai ilmu dan pengalaman kepada penulis yang akan menjadi bekal yang bermanfaat untuk kini dan nanti
4. Bapak dan Ibu Staff TU serta perpustakawan Psikologi UNISSULA yang telah memberikan kemudahan dalam proses pengurusan administrasi hingga skripsi selesai.
5. Mama, Bapak, dan kakak yang selalu memberikan doa serta dukungannya.
6. Teman-teman yang telah membantu dan memberikan banyak dukungan selama proses pengerjaan skripsi serta selama menjalani masa perkuliahan. Sabrina, Firdaus, Renasya, Qorry, Ghefira, Novia, Afi, dan Pratika. Terima kasih karena telah senantiasa bersama menemani.

7. Seluruh anggota *K-Pop Group* “Seventeen” (Choi Seungcheol, Yoon Jeonghan, Hong Jisoo, Moon Junhui, Kwon Soonyoung, Jeon Wonwoo, Lee Jihoon, Seo Myungho, Kim Mingyu, Lee Seokmin, Boo Seungkwan, Chwe Hansol, Lee Chan) terima kasih kepada kalian yang secara tidak langsung telah menemani setiap proses kesulitan dalam mengerjakan skripsi ini melalui konten video dan lirik lagu yang telah memberikan banyak sekali motivasi dan semangat.
8. Kepada diri saya sendiri Nunik Fitriani, terima kasih karena telah berhasil melawan semua rasa malas dan berjuang dengan konsisten hingga akhir, sehingga proses penyelesaian skripsi ini dapat berjalan dengan lancar. Walaupun selama proses pengerjaan ada hal yang tidak berjalan sebagaimana mestinya, *but you can do it*. Semoga kamu di masa depan tetap memiliki banyak semangat, ambisi, dan target-target baru untuk mencapai kesuksesan. Serta ingatlah selalu kepada Allah SWT dan semua orang yang telah baik kepada kamu karena tanpa bantuan Allah SWT dan mereka kamu belum tentu mencapai ini semua.

Proses penyelesaian skripsi ini telah dikerjakan dengan sebaik-baiknya dan sungguh-sungguh. Semoga dengan keterbatasannya, skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang Psikologi dan semua pihak yang membutuhkan.

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II.....	8
LANDASAN TEORI.....	8
A. Perilaku Agresif	8
1. Definisi Perilaku Agresif.....	8
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi perilaku Agresif	10
3. Aspek-Aspek Perilaku Agresif.....	14
B. Nomophobia.....	15
1. Definisi Nomophobia	15
2. Ciri-ciri Nomophobia	17
3. Aspek-aspek Nomophobia	19
4. Faktor-faktor Terjadinya Nomophobia	21
5. Dampak-dampak yang dialami Penderita Nomophobia	23
C. Hubungan Antara Nomophobia dengan Perilaku Agresif	24
D. HIPOTESIS.....	25
BAB III	26

METODE PENELITIAN.....	26
A. Identifikasi Variabel.....	26
B. Definisi Operasional.....	26
1. Nomophobia.....	26
2. Perilaku Agresif	27
3. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	27
1. Populasi.....	27
2. Sampel.....	28
3. Teknik pengambilan sampel penelitian.....	28
4. Metode Pengumpulan Data.....	29
1. Skala Nomophobia.....	29
2. Skala Perilaku Agresif.....	29
3. Validitas	30
4. Reliabilitas	30
5. Uji Daya Beda.....	30
5. Teknik Analisis	31
BAB IV	32
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
A. Orientasi Kanchah dan Pelaksanaan Penelitian	32
1. Orientasi Kanchah Penelitian.....	32
2. Pelaksanaan Penelitian.....	32
a. Tahap Persiapan Perizinan.....	33
C. Pelaksanaan Penelitian.....	39
D. Analisis Data Penelitian.....	39
1. Uji Asumsi	39
2. Uji Korelasi.....	40
E. Deskripsi Variabel Penelitian.....	41
F. Pembahasan.....	44
G. Kelemahan Penelitian.....	45
BAB V.....	46
KESIMPULAN DAN SARAN.....	46
A. Kesimpulan	46
B. Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA	47



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Subjek.....	28
Tabel 2. Persebaran Sampel	28
Tabel 3. <i>Blueprint</i> Nomophobia.....	29
Tabel 4. <i>Blueprint</i> Skala Agresif.....	30
Tabel 5. Sebaran Aitem Skala Nomophobia	34
Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Perilaku Agresif.....	35
Tabel 7. Sebaran Aitem Skala Nomophobia	37
Tabel 8. Sebaran Aitem Skala Perilaku Agresif.....	38
Tabel 9. Sebaran Aitem Penomoran Ulang Skala Nomophobia	38
Tabel 10. Sebaran Aitem Penomoran Ulang Skala Perilaku Agresif.....	39
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas	40
Tabel 12. Hasil Uji Korelasi <i>Spearman Rank</i>	41
Tabel 13. Norma Kategorisasi Skor	41
Tabel 14. Deskripsi Skor Skala Nomophobia	42
Tabel 15. Kategorisasi Subjek Pada Skala Nomophobia	42
Tabel 16. Deskripsi Tingkat Nomophobia berdasarkan Aspek	43
Tabel 17. Deskripsi Skor Skala Perilaku Agresif.....	43
Tabel 18. Kategorisasi Skor Skala Perilaku Agresif.....	44
Tabel 19. Deskripsi Tingkat Perilaku Agresif berdasarkan Aspek	44



LAMPIRAN

Lampiran A Skala Uji Coba.....	54
Lampiran B Tabulasi Skala Uji Coba	63
Lampiran C Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba.....	73
Lampiran D Skala Penelitian	80
Lampiran E Tabulasi Skala Penelitian	87
Lampiran F Analisis Data	101
Lampiran G Surat Izin dan Dokumentasi Penelitian.....	104



HUBUNGAN ANTARA NOMOPHOBIA DENGAN PERILAKU AGRESIF PADA GENERASI ALPHA SMPN X SEMARANG

Oleh:

Nunik Fitriani¹· Ratna Supradewi²

Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung

Email: nunikfitriani@std.unissula.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara nomophobia dengan perilaku agresif pada Generasi Alpha di SMPN X Semarang. Nomophobia merupakan perilaku cemas ketika tidak dapat mengakses atau berjauhan dengan *smartphone*. Kecemasan tersebut dirasakan ketika individu tidak dapat berkomunikasi dan merasa takut tertinggal informasi. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan ini dapat menyebabkan terjadinya perilaku agresif. Studi ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel *random sampling* dengan kriteria pengguna *smartphone* aktif dan berusia 12-14 tahun di SMPN X Semarang dengan total subjek sebanyak 179 siswa. Pengukuran pada variabel nomophobia menggunakan skala nomophobia yang telah diadaptasi kedalam bahasa Indonesia dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.884 dan pengukuran variabel perilaku agresif menggunakan skala agresifitas dengan koefisien reliabilitas sebesar 0.871. Teknik analisis data menggunakan *Spearman rank* menunjukkan hasil bahwa adanya hubungan positif antara nomophobia dengan perilaku agresif dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0.238 dan Nilai Sig.(2-tailed) sebesar 0.001 ($p < 0.05$). Hal ini berarti semakin tinggi nomophobia yang dialami siswa maka semakin besar kecenderungan untuk berperilaku agresif.

kata kunci : Nomophobia, Perilaku Agresif, Generasi Alpha

The Relationship Between Nomophobia and Aggressive Behavior in Alpha Generation of SMPN X Semarang

By:

Nunik Fitriani¹, Ratna Supradewi²

Faculty of Psychology

Universitas Islam Sultan Agung

Email: nunikfitriani@std.unissula.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between nomophobia and aggressive behavior in the alpha generation at SMPN X Semarang. Nomophobia is an anxious behavior when unable to access or be away from a smartphone. This anxiety is felt when individuals cannot communicate and are afraid of missing information. This excessive use of smartphones can lead to aggressive behavior. This study uses quantitative methods with random sampling techniques with the criteria of active smartphone users and aged 12-14 years at SMPN X Semarang with a total of 179 students. Measurement of the nomophobia variable using the nomophobia scale which has been adapted into Indonesian with a reliability coefficient of 0.884 and measurement of aggressive behavior variables using an aggressiveness scale with a reliability coefficient of 0.871. The data analysis technique using Spearman rank shows the results that there is a positive relationship between nomophobia and aggressive behavior with a correlation coefficient of 0.238 and a Sig. (2-tailed) value of 0.001 ($p < 0.05$). This means that the higher the nomophobia experienced by students, the greater the tendency to behave aggressively.

Keywords: *Nomophobia, Aggressive Behavior, Alpha Generation*

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut data terbaru dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet (APJII) tahun 2024 Indonesia menjadi satu-satunya negara dengan tingkat durasi penggunaan ponsel tertinggi dengan rata-rata 6 jam/hari dibanding negara lain durasi tertinggi hanya mencapai 5 jam/hari (Annur, 2024). Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2021 diketahui terdapat 98,70% anak usia di atas 5 tahun menggunakan ponsel dengan presentase kegunaan sebesar 88,99% untuk membuka media sosial, 66,13% untuk mengakses informasi, 63,08% untuk mendapatkan hiburan, dan 33,04% untuk keperluan sekolah. Hal ini menjadi urgensi bagi masyarakat Indonesia yang telah mengalami adiksi dalam menggunakan ponsel (Annur, 2021).

Provinsi Jawa Tengah menjadi salah satu penyumbang penggunaan ponsel di Indonesia, menurut data dari Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah tahun 2021 mengungkapkan presentase penduduk berusia 5 tahun keatas yang menggunakan *smartphone* berdasarkan kota atau kabupaten, presentase menunjukkan Kota Semarang berada di urutan ketiga sebanyak 89,61% pengguna (Badan Pusat Statistik Jawa Tengah, 2022).

Peningkatan penggunaan *smartphone* berlebihan dapat memicu meningkatnya perilaku agresif fisik dan verbal (Williamson dkk., 2023). Pada platform berita, terdapat sebuah kasus siswa SMP asal Yogyakarta mengancam guru menggunakan senjata tajam untuk mengembalikan *smartphone* miliknya yang disita. Penyitaan *smartphone* dilakukan atas dasar siswa yang terus menggunakan ponsel pada saat kegiatan pembelajaran berlangsung. Perilaku agresif tersebut disebabkan karena remaja tidak dapat mengontrol diri dan mengendalikan emosi. Selain itu, penggunaan *smartphone* berlebihan dapat menyebabkan anak merasakan cemas hingga depresi (Damarjati, 2019).

Konten video yang dapat diakses melalui *smartphone* juga dapat menjadi faktor pemicu timbulnya perilaku agresif. Beberapa bulan yang lalu, sekelompok

remaja berusia 12-18 tahun di Sukabumi terlibat dalam aksi kekerasan yang telah direncanakan. Aksi ini diduga dari pengaruh tontonan kekerasan yang tersimpan dalam *smartphone*. Hal tersebut mempengaruhi perkembangan emosi remaja yang menyebabkan individu tidak mampu mengontrol emosi dan mengekspresikan emosinya dengan cara yang salah (Alamsyah, 2024).

Perilaku agresifitas yang ditunjukkan oleh remaja saat ini masih menjadi perbincangan hangat yang perlu diperhatikan oleh Masyarakat. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) telah mendapatkan data kasus perilaku agresif sebanyak 141 kasus pada awal tahun 2024. Kasus tersebut dilakukan berkelompok dalam lingkup sekolah akibat kurangnya pengawasan dan deteksi dini pada pergaulan yang memberikan pengaruh negatif pada remaja. Dampak dari adanya perilaku agresif ini menyebabkan korban mengalami sakit fisik, trauma, hingga bunuh diri (Putra, 2024). Laporan yang didapatkan oleh Jaringan Pemantauan Pendidikan Indonesia (JPPI) hingga bulan September 2024, mendapatkan 293 kasus kenakalan remaja di wilayah sekolah (Mashabi & Prastiwi, 2024). Kasus tersebut meliputi perundungan dan penyalahgunaan obat-obatan yang disebabkan oleh pengaruh lingkungan dan dampak negatif media sosial (Kompasiana, 2024).

Berdasarkan data diatas, perilaku agresif yang ditunjukkan oleh remaja tentu menjadi suatu fenomena yang memerlukan perhatian khusus dari orang dewasa. Perilaku agresif menurut Sena & Japar (2024) merupakan tindakan individu yang memiliki kecenderungan untuk menyerang orang lain sebagai bentuk mengekspresikan atau melampiaskan emosinya. Terdapat empat macam bentuk perilaku agresif menurut Buss & Perry (1992) diantaranya, agresif fisik, agresif verbal, kemarahan, dan permusuhan. Perilaku agresif pada remaja tidak hanya dalam bentuk agresif fisik, tetapi juga dapat berbentuk seperti bersikap acuh, marah, membanting benda, dan berkata kasar (Mil & Shanzivani, 2023).

Untuk mendukung pernyataan yang telah dijabarkan, wawancara dengan beberapa subjek telah dilakukan pada 6 Maret 2025 yang dilakukan pada subjek

pertama berinisial AN berusia 13 tahun dan menghasilkan informasi sebagai berikut:

“kadang tuh ada guru yang setiap pelajarannya pasti HP nya disuruh dikumpulin, pas awal-awal sih aku kumpulin HP nya, tapi sekarang aku umpetin sendiri biar gak disita terus kalo ditanyain aku bilangnya gak bawa HP. Terus kalo pas jam istirahat atau jam kosong itu kan full aku tuh main HP temen-temen yang lain juga main HP, tapi kadang ada aja yang suka ngerusuh entah itu tiba-tiba matiin HP aku, ngomel karena main HP terus gak ngerjain tugas, atau yang cuman iseng manggil-manggil doang. Kalau temen-temen udah rusuh kayak gitu, aku paling cuman teriak aja sih marah. Kalau berkata kasar ke temen mah sering udah biasa malah, tapi kalo ke guru atau orang tua belum pernah paling yang misuh dibelakang aja”

Subjek kedua berinisial PY berusia 14 tahun memberikan informasi sebagai berikut:

“kalo osis lagi ngadain razia hp, pasti tak umpetin karena mereka tuh kepo, semua aplikasi dibuka kayak gak peduli privasi orang aja makanya gak pernah tak tanggepin. Tapi pernah waktu itu, osisnya maksa banget semuanya di geledah jadi pas dipaksa aku marah, kesel soalnya kak. Berkata kasar juga kak, udah kebiasaan juga apalagi itu udah mengganggu banget”

Subjek ketiga berinisial CAC berusia 14 tahun memberikan informasi sebagai berikut:

“aku pukul kak, tapi kadang aja. Suara temen samping aku soalnya udah kayak pake toa masjid berisik banget gak ngerti lagi deh. Aku punya bisnis online gitu kak jadi kalo aku lagi chattan sama customer terus temenku berisik, yang niatnya mau ngetik A jadinya ngetik B atau gak aku jadi lupa mau ngetik apa. Kalau gak diganggu, aku juga gak bakal kayak gitu kak”

Berdasarkan hasil wawancara, menemukan bahwa subjek akan menunjukkan perilaku agresif seperti berteriak, marah, berkata kasar, dan memukul ketika ada seseorang yang mengganggu mereka. Pernyataan guru Bimbingan Konseling disalah satu sekolah menyatakan bahwa beberapa tahun terakhir ini siswa cenderung tidak bisa lepas dari *smartphone* bahkan tidak jarang pula mereka menunjukkan perilaku agresif dengan mengabaikan guru yang lewat dan memilih berpura-pura fokus bermain *smartphone*. Penggunaan *smartphone* dengan durasi yang panjang dapat menyebabkan remaja menjadi tidak patuh pada peraturan, kemarahan, dan memicu permusuhan (Fu dkk., 2020).

Teknologi atau *smartphone* tidak hanya digunakan untuk berkomunikasi saja tetapi juga sebagai perangkat pendidikan dan pengembangan karakter (Rahiem dkk., 2022). Terdapat dua hal yang perlu diperhatikan dalam penggunaan *smartphone* diantaranya durasi dan konten. Kedua aspek tersebut apabila digunakan tanpa adanya pengawasan dan kontrol diri dapat mengakibatkan terganggunya perkembangan emosi pada remaja (Triastutik, 2018).

Berdasarkan data pada paragraf sebelumnya, dapat diketahui bahwa individu dengan usia kurang dari 15 tahun mulai menggunakan *smartphone*. Lahir di era digital ini akan membuat remaja lebih individualis, kurang dalam bersosialisasi, rendahnya kemampuan kreatifitas, dan tidak mampu hidup tanpa alat digital (Fadlurrohik dkk., 2020). Remaja seringkali tetap sibuk dengan *smartphone* di situasi yang tidak tepat seperti pada saat kumpul bersama keluarga atau teman-teman, tergabung dalam sebuah pembicaraan, pembelajaran di kelas, saat makan ataupun pada saat di dalam toilet. Gaya hidup tanpa gadget ini akan memberikan efek yang negatif pada seluruh aktivitas individu, penurunan tingkat kematangan otak, serta kemampuan untuk fokus (Subarkah, 2019).

Nomophobia merupakan perilaku yang mengacu pada ketidaknyaman atau kecemasan yang disebabkan tidak adanya kontak atau akses dengan ponsel (King et al., 2010). Perilaku nomophobia yang paling sering ditemukan ketika individu merasakan cemas apabila tidak dapat berkomunikasi dengan teman-temannya, merasa takut tertinggal informasi apabila tidak membuka grup *chatting*, dan individu yang sudah bekerja menjadi lebih sering mengecek email atau aplikasi komunikasi lain secara berkala untuk kepentingan kerja ataupun sekolah. Syifa dkk (2019) menyatakan bahwa anak yang menggunakan *smartphone* berlebihan dengan jangka waktu yang panjang dapat menyebabkan anak mudah marah, membangkang, malas, dan tidak peduli dengan lingkungan sekitar.

Generasi Alpha merupakan generasi yang lahir mulai dari tahun 2010 hingga 2024 dengan era meningkatnya perubahan teknologi informasi dan sedang berada di antara kanak-kanak hingga remaja. Istilah Generasi Alpha ini pertama kali dicetuskan oleh Mark McCrindle seorang peneliti dibidang sosial asal Australia. Perkembangan teknologi menjadi sebuah tantangan dalam proses

perkembangan diri. Hal tersebut disebabkan karena Generasi Alpha dibesarkan dengan paparan teknologi terutama *smartphone*. Tantangan terbesar yang terjadi berpusat pada kecanduan *smartphone*, perundungan, dan pengelolaan konten yang tersebar diinternet (McCrinkle & Fell, 2020). Remaja Generasi Alpha memiliki karakteristik telah terbiasa menggunakan teknologi akan cenderung lebih memilih berinteraksi melalui sosial media daripada berinteraksi langsung (Mukti, 2021).

Penelitian ini penting untuk diteliti mengingat anak yang mengalami nomophobia dapat berdampak pada perilaku agresifitas pada anak. Anak yang memiliki perilaku agresif akan mempengaruhi perkembangan emosi dan keterampilan sosial. Kondisi emosi anak yang belum mengalami kematangan akan cenderung mudah marah dan terdorong berperilaku irasional atau tidak sesuai dengan norma sosial. Hal tersebut dapat juga dapat menjadi faktor terganggunya keterampilan sosial individu. Remaja akan cenderung melampiaskan amarahnya dan tidak mampu mengomunikasikan dengan baik apa yang dirasakan. Hal tersebut dapat mengakibatkan remaja menjadi sulit diatur, membangkang, dan merugikan orang lain (Hurlock, 1980).

Pada saat ini, remaja merupakan harapan negara untuk menjadi kader Generasi Emas 2045 yang berkualitas, kompeten, dan memiliki jiwa daya saing tinggi. Namun, dengan adanya perilaku agresif pada remaja Generasi Alpha akan dapat menghambat terwujudnya misi indonesia emas, hal tersebut karena perilaku agresif berperan dalam tidak terwujudnya pembentukan karakter sesuai nilai pancasila yang saling menghargai, menghormati, dan menerima perbedaan (Ediyono, 2022). Sehingga hal ini perlu dikaji lebih lanjut melalui penelitian yang akan saya teliti.

Penelitian terkait nomophobia yang telah diteliti terdapat penelitian dengan menggunakan metode kuantitatif yang dilakukan pada subjek berkriteria mahasiswa, hasil menunjukkan nomophobia yang dimediasi dengan kecanduan *smartphone* memiliki hubungan yang saling berpengaruh positif terhadap perilaku agresif dan dari keempat aspek yaitu agresif fisik, verbal, kemarahan, serta

permusuhan. Aspek kemarahan merupakan aspek yang paling dipengaruhi oleh nomophobia (Nuri dkk., 2021).

Perbedaan dengan penelitian sebelumnya ada pada subjek yang digunakan dan pada penelitian ini penulis tidak menggunakan variabel mediasi. Berdasarkan kajian teori dan fakta yang penulis temukan melalui observasi dan wawancara, perilaku agresifitas remaja disebabkan karena adanya penggunaan *smartphone* berlebihan khususnya pada remaja yang lahir di era pesatnya perkembangan digital dan berada di usia yang belum matang secara emosi dan rentan mengalami gangguan perilaku. Oleh karena itu penulis tertarik untuk menggunakan variabel agresifitas sebagai variabel tergantung untuk mengkaji fenomena nomophobia dengan judul **"Hubungan Antara Nomophobia dengan Perilaku Agresif pada Generasi Alpha SMPN X Semarang"**.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini, yaitu: apakah ada pengaruh antara nomophobia dengan perilaku agresif pada remaja generasi alpha SMPN X Semarang?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui hubungan antara nomophobia dengan perilaku agresif pada generasi SMPN X Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan suatu wawasan dan informasi baru terkait nomophobia dengan perilaku agresif dalam bidang psikologi. Selain itu, dapat menjadi bahan acuan untuk penelitian yang selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Peneliti berharap mahasiswa mendapatkan wawasan baru dan dapat dijadikan sebagai bahan kajian mendalam terkait nomophobia dengan perilaku agresif.

b. Bagi Peneliti

Peneliti berharap melalui penelitian ini, peneliti dapat menyampaikan ilmu psikologi yang telah dipelajari dan dikaji secara sistematis kedalam hasil penelitian ini. Sehingga, dapat mendapatkan ilmu baru terutama terkait nomophobia dan perilaku agresif.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Perilaku Agresif

1. Definisi Perilaku Agresif

Perilaku agresif merupakan tindakan perlawanan untuk balas dendam pada objek yang dianggap menyebabkan frustrasi atau ketidaknyamanan. Tindakan perlawanan tersebut dapat berupa menghina, menyakiti, mengancam, mengintimidasi, menyakiti, menyiksa, dan mempermalukan. Sasaran agresif dapat terjadi pada orang lain, diri sendiri, maupun benda mati yang dilakukan sebagai bentuk perwujudan dari kemarahan, kebencian, permusuhan, dan kekesalan (Dollard dkk., 1968).

Perilaku agresif menurut Murray merupakan perilaku yang menunjukkan tindakan perlawanan dengan menyerang, melukai, ataupun membunuh orang lain. selain itu, perilaku agresif juga dapat dilakukan secara verbal seperti meremehkan, mencela, atau mengejek (Murray, 1990). Sena & Japar (2024) mengungkapkan pelaku agresif merupakan individu yang memiliki kecenderungan untuk menyerang orang lain sebagai bentuk mengekspresikan atau melampiaskan emosinya. Perilaku agresif dilakukan dengan tujuan untuk melukai atau membuat rugi orang lain yang dilakukan secara fisik ataupun psikis (Sari & Falah, 2024). Pendapat lain mengatakan bahwa perilaku agresif tidak hanya perilaku yang termasuk dalam tindakan berbahaya saja seperti perilaku pasif-agresif yang sengaja menyembunyikan kebenaran dari orang lain hingga agresif secara verbal (Drndarević, 2021).

Perilaku agresif tidak hanya terlihat saat keadaan emosi dan kebencian saja, tetapi juga ketika individu merasakan rasa sakit, bosan, cemas, tekanan, ketakutan, kegugupan, dan permusuhan (Nuriddinov, 2023). Hal tersebut sejalan teori frustrasi-agresif yang ditemukan oleh Dollard & Miller dimana dengan adanya rasa frustrasi dapat menimbulkan perilaku agresif. Frustrasi didefinisikan sebagai gangguan yang terjadi dari

sebuah peristiwa yang memicu adanya respons subjektif dari individu dan menghasilkan hasutan untuk berperilaku agresif. Agresif menjadi salah satu dari beberapa kemungkinan terjadi akibat rasa frustrasi dan emosi yang sulit dikendalikan (Dollard dkk., 1968). Selain itu, pada teori pembelajaran sosial oleh Albert Bandura, menekankan bahwa agresi pada anak terjadi melalui proses observasi dan imitasi. Anak cenderung meniru perilaku berdasarkan dari yang terjadi di lingkungan sekitar ataupun media. Perilaku agresif didorong akibat adanya perlakuan yang tidak menyenangkan terjadi pada individu kemudian menghasilkan perasaan emosional dalam menentukan perilaku (Bandura, 1973).

Perilaku agresif dilakukan oleh individu sebagai bentuk respon tegas terhadap suatu ancaman atau sesuatu yang tidak menyenangkan yang dirasakan dengan adanya frustrasi disengaja (Dodge, 1980). Kruglanski dkk (2023) mengungkapkan bahwa agresif merupakan cara untuk melawan rasa frustrasi apabila individu berada dalam kondisi merasakan suatu penghinaan dan keinginan untuk menunjukkan kekuatan dan kekuasaan. Ledakan emosi ini juga merupakan bentuk reaksi dari suatu kegagalan yang terjadi dan menimbulkan adanya tindakan menyakitkan orang lain secara sengaja melalui verbal ataupun non-verbal (Sa'adah & Ariana, 2022).

Agresi seringkali muncul bersamaan dengan kecemasan di masa kanak-kanak. Pada kondisi tertentu, remaja juga dapat menunjukkan perilaku agresif saat merasakan kecemasan. Individu cenderung menunjukkan agresif tidak langsung seperti kemarahan dan permusuhan yang berhubungan dengan tingkat kecemasan setelah menyesuaikan faktor pengganggu lainnya (Chung dkk., 2019). Perkembangan emosi pada remaja merupakan fase penting dalam pertumbuhan individu. Hal ini disebabkan karena pada masa remaja rentan mengalami krisis emosi yang membuat individu kesulitan untuk membedakan hal positif dan negatif. Selain itu, remaja berada dalam masa transisi pada perubahan fisik dan psikologis. Tindakan agresif yang sering dilakukan oleh remaja berupa agresif fisik,

agresif verbal (membantah, mengancam, dan beradu argumen), serta permusuhan (kecurigaan) (Yunalia & Etika, 2020).

Penelitian Buss & Perry (1992) juga menyebutkan bahwa perilaku agresif dipengaruhi oleh jenis kelamin. Laki-laki diketahui lebih agresif secara fisik dan kurang secara verbal dibanding perempuan. Namun, tidak ada perbedaan pada tindakan kemarahan dan bermusuhan. Berdasarkan penelitian terbaru dari Saputra dkk (2024) laki-laki memiliki tingkat agresif fisik dan verbal yang lebih tinggi dibanding perempuan yang memiliki perilaku agresif kemarahan dan kemusuhan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa, perilaku agresif merupakan respon emosi dalam diri pada suatu hal yang tidak menyenangkan terjadi. Respon ini dipengaruhi oleh berbagai macam situasi dan faktor penyebab salah satunya ketidakstabilan emosi seperti kecemasan dan frustrasi. Perilaku agresif ditunjukkan untuk melukai seseorang secara fisik ataupun verbal seperti memukul, mencubit, mengejek, meremehkan, permusuhan, membangkang, dan lain-lain. Remaja yang berada dalam masa transisi cenderung memiliki emosi yang tidak stabil dan menyebabkan individu mudah untuk terdorong melakukan tindakan agresif terhadap teman sebaya ataupun pada orang disekitarnya.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi perilaku Agresif

Terdapat dua faktor yang mempengaruhi terjadinya perilaku agresif pada remaja, diantaranya:

a. Faktor internal

Faktor yang berasal dari dalam diri individu, seperti ketidakmampuan individu dalam mengontrol emosi dan masalah yang dihadapi. Kematangan dan kecerdasan emosi serta pengendalian diri pada remaja akan mengalami kerentanan untuk mengalami kecemasan, gangguan perilaku, dan depresi yang dapat meningkatkan tingkat agresifitas yang tinggi (Wangsa & Tobing, 2024).

b. Faktor eksternal

Faktor ini dipengaruhi oleh lingkungan sekitar individu, seperti terdapat masalah didalam keluarga dan pola asuh otoriter dapat menjadi resiko remaja memiliki perilaku agresif (Muharram & Prathama, 2022). Selain itu, konten-konten ataupun film tidak mendidik yang tersebar di media sosial serta lingkungan yang tidak mendukung pertumbuhan dan perkembangan remaja juga dapat memicu timbulnya perilaku agresif (Rahmat dkk., 2024).

Faktor penentu perilaku agresif berdasarkan teori psikologi sosial dalam literatur Warburton & Anderson (2015) dipengaruhi oleh:

a. Kepribadian

Kepribadian seseorang menjadi salah satu faktor yang telah terbukti dapat meningkatkan perilaku agresif seperti psikopat, Machiavellianisme, dan narsisme. Selain itu, individu dengan tingkat keramahan rendah dan neurotisme tinggi akan cenderung lebih agresif dan kasar serta memiliki emosi negatif.

b. Gender

Pada umumnya, laki-laki cenderung lebih agresif daripada perempuan sejak masa kanak-kanak berlangsung hingga akhir hayat. Bentuk agresif yang dilakukan berbeda, laki-laki akan lebih terdorong menggunakan bentuk agresif fisik langsung sedangkan perempuan cenderung menggunakan agresif verbal.

c. Genetik dan Hormon

Karakteristik individu sebagian diwariskan dari faktor genetik. Penanda seseorang memiliki perilaku agresif dapat dari interaksi anak dengan lingkungan awal berkembang. Selain itu, ketika hormon testosteron yang dimiliki oleh setiap individu meningkat maka secara bersamaan tingkat perilaku agresif pun tinggi.

d. Sifat Marah

Sifat marah secara akurat dapat menyebabkan kecenderungan berperilaku agresif. Sifat ini ditandai dengan kepekaan ekstrem terhadap adanya provokasi.

e. Impulsivitas dan kontrol diri

Impulsivitas merupakan bagian dari temperamen yang dapat mempengaruhi perilaku agresif. Seseorang dengan tingkat impulsif tinggi dan kontrol diri rendah akan cenderung mengalami kesulitan untuk menahan dorongan agresif dan emosi dalam diri.

f. Lingkungan

Lingkungan memiliki banyak sekali pemicu yang dapat menimbulkan perilaku agresif. Provokasi menjadi pemicu terbesar, individu dapat terprovokasi melalui pengucilan sosial, rumor, sindiran, dan berbagai provokasi tidak langsung lainnya. Media kekerasan menjadi salah satu pemicu yang saat ini sedang berkembang, paparan media yang mengandung kekerasan dapat mempengaruhi cara berpikir individu, perasaan agresif, dan penurunan empati yang meningkatkan kemungkinan perilaku agresif. Selain itu, berada di lingkungan padat dengan penuh kekerasan, kebisingan, dan suhu panas juga dapat menyebabkan stress yang meningkatkan kecenderungan berperilaku agresif.

g. Zat Terlarang

Penggunaan zat-zat terlarang secara berlebihan seperti alkohol dan narkoba dapat mempengaruhi penurunan kemampuan untuk menahan dorongan perilaku agresif.

Sekar (2021) menemukan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku agresif, diantaranya:

a. Faktor Internal

1) Frustrasi

Frustrasi terjadi sebagai reaksi ketika individu berada disituasi yang tidak menyenangkan seperti terhambat untuk mencapai suatu upaya

tujuan, harapan, kebutuhan, dan keinginan lainnya. Frustrasi dapat mendorong individu berperilaku agresif ketika individu memiliki keinginan untuk mengatasi ataupun menghindari situasinya penyebab frustrasi tersebut.

2) Gangguan Emosional

Individu yang belum memiliki kematangan emosi akan cenderung lebih mudah untuk melampiaskan emosinya pada tindakan tertentu. Faktor emosional inilah yang dapat menyebabkan individu berperilaku agresif ketika dihadapkan pada kondisi tidak menyenangkan.

3) Keluarga

Pola asuh memiliki peran penting dalam membentuk kepribadian anak. Kesalahan dalam memberikan pola asuh cenderung mempengaruhi perkembangan perilaku dan emosi pada anak ke arah negatif.

b. Faktor Eksternal

1) Teman Sebaya

Keberadaan teman sebaya dapat memberikan pengaruh bagi individu terutama pada remaja yang belum memiliki kematangan emosi maka akan mudah terbawa arus lingkungan. Apabila individu tergabung pada lingkungan teman sebaya yang negatif seperti sekelompok geng motor, tawuran, pembuli dan pengguna obat-obatan terlarang, maka kemungkinan individu akan terpengaruh dan terdorong memiliki perilaku agresif.

2) Sekolah

Sekolah menjadi ruang terbuka untuk siswa belajar dan berinteraksi dengan lingkungan sekitar, semakin baik lingkungan sekolah maka akan semakin rendah tingkat perilaku agresif yang terjadi, begitupun sebaliknya. Perkembangan sikap, perilaku, kognitif, dan psikologis anak juga bergantung pada kualitas dan konsistensi anak dalam berinteraksi.

3) Lingkungan

Tindakan *maladaptive* seperti agresifitas dapat ditimbulkan dari lingkungan tidak sehat, padat penduduk, dan kumuh.

Berdasarkan penelitian Rahmawati & Asyanti (2017) dibagi menjadi dua yaitu faktor internal dan faktor lingkungan. Faktor internal terjadi ketika individu memiliki pola pikir yang impulsif dalam bertindak, tidak mampu mengontrol emosi dengan baik dan cenderung labil sehingga mudah untuk dipengaruhi oleh orang lain, dan kekerasan menjadi cara cepat bagi remaja untuk menyelesaikan masalah. Sedangkan, faktor lingkungan terjadi ketika orang disekitar individu berperilaku agresif, orang tua kurang memberikan pengawasan dan kontrol tegas pada anak, dan penggunaan internet yang semakin bebas dengan tayangan yang tidak layak untuk ditonton seperti tontonan yang menunjukkan tindakan kekerasan.

Penjelasan diatas mengenai faktor-faktor perilaku agresif, pada penelitian ini faktor yang akan dianalisis yaitu frustrasi. Ketika subjek merasa frustrasi akibat tidak mampu mengakses *smartphone* untuk berkomunikasi ataupun mencari informasi. Perasaan frustrasi ditimbulkan dari ketidaknyamanan individu dalam suatu keadaan.

3. Aspek-Aspek Perilaku Agresif

Terdapat empat macam atau aspek-aspek perilaku agresif menurut Buss & Perry (1992) diantara;

- a. Agresif Fisik, tindakan yang menyakiti atau merugikan orang lain secara fisik
- b. Agresif Verbal perilaku menyerang seseorang menggunakan verbal seperti memaki. Memberikan komentar buruk, dan kata-kata yang menyakiti orang lain
- c. Kemarahan, bentuk komponen emosional yang muncul dari dalam diri seseorang dan menjadi awal munculnya perilaku agresi

- d. Permusuhan, bentuk dari komponen kognitif ketika merasakan adanya suatu ketidakadilan dan memiliki nilai buruk pada orang lain yang memunculkan perasaan negatif seperti kebencian, niat buruk, dan kecurigaan.

Crick & Grotpeter (1995), menemukan dua bentuk aspek agresif berdasarkan gender dan penyesuaian sosial-psikologis diantaranya:

a. Agresif Relasional

Bentuk agresif yang menyakiti orang lain melalui manipulasi yang disengaja dan merusak hubungan pertemanan. Tindakan yang dilakukan dapat berupa sengaja menarik atau menerima orang lain dalam pertemanan untuk menyakiti atau mengendalikan, menyebarkan rumor tentang individu tersebut sehingga teman sebaya yang lain akan menolaknya. Pada umumnya, anak perempuan lebih agresif secara relasional dibandingkan dengan anak laki-laki.

b. Agresif Terbuka

Bentuk agresif terbuka dalam interaksi sosial cenderung lebih terang-terangan dilakukan di mana seorang anak melakukan tindakan kekerasan fisik pada. Pelaku agresif terbuka ini, cenderung dilakukan oleh anak laki-laki.

Aspek-aspek pada perilaku agresif dibagi menjadi empat aspek yaitu agresif fisik, verbal, kemarahan, dan permusuhan. Apabila dilihat berdasarkan gender dan sosial dapat mencakup agresif relasional dan terbuka.

B. Nomophobia

1. Definisi Nomophobia

Nomophobia atau *No Mobile Phone Phobia* merupakan fobia terhadap ponsel dan dianggap sebagai fobia zaman modern yang ditandai dengan rasa takut saat seseorang tidak dapat menggunakan ponsel atau layanan yang ditawarkan. Rasa takut ini merujuk pada ketidakmampuan

berkomunikasi, kehilangan keterhubungan yang ada didalam ponsel, tidak dapat mengakses informasi, dan melepaskan kenyamanan yang diberikan oleh ponsel (Yildirim, 2014a). Istilah nomophobia ini pertama kali diciptakan oleh Kantor Pos Inggris pada tahun 2008 untuk menyelidiki terkait penderita kecemasan pengguna ponsel. Berdasarkan penelitian, lebih dari 13 juta masyarakat Inggris sekitar 53% pengguna ponsel menderita nomophobia. Sekitar 58% laki-laki dan 48% perempuan mengalami perasaan cemas ketika kehabisan baterai atau pulsa, kehilangan ponsel, dan kehilangan jaringan. Sehingga, nomophobia menjadi masalah baru di abad ke-21 (DailyMail, 2008).

Nomophobia mengacu pada ketidaknyamanan atau kecemasan yang disebabkan tidak adanya kontak atau akses dengan ponsel atau komputer (King dkk., 2010). Bragazzi & Del Puente (2014) mengungkapkan bahwa nomophobia merupakan gangguan yang disebabkan oleh digital dan merujuk ketidaknyamanan, kecemasan, kegugupan, atau kesedihan akibat tidak ada ponsel ataupun komputer. Selain itu, kurangnya toleransi dan kemampuan mengontrol impuls, respon menghadapi konsekuensi negatif, serta cenderung melarikan diri dari masalah juga dapat menjadi penyebab individu memiliki nomophobia (Muyana dkk., 2017). Penelitian (King dkk., 2014) menekankan bahwa penderita panik agorafobia atau gangguan kecemasan terikat dengan penggunaan ponsel berlebihan.

Nomophobia dinyatakan sebagai fobia situasional yang dicirikan oleh rasa takut menjadi tertekan apabila tidak mendapatkan bantuan dengan cepat (King et al., 2014). Individu yang mengalami nomophobia merasakan kegelisahan apabila jauh dari *smartphone*. Hal ini dapat mengakibatkan terganggunya hubungan interpersonal di masyarakat sosial dan kehidupan akademis (Syazaid dkk., 2022). Selain itu, secara fisik individu juga akan terganggu seperti merasakan sakit kepala, nyeri leher dan pinggang, kelelahan, gangguan tidur, dan penurunan konsentrasi (Setia & Tiwari, 2021).

Remaja rentan mengalami *nomophobia* dan merasa cemas apabila tidak dapat menggunakan *smartphone* atau layanan yang ditawarkan untuk mengakses informasi. Hal ini dapat menimbulkan gejala depresi dan kecemasan terutama pada individu yang telah memiliki gejala kecemasan sosial serta menurunnya kualitas hidup seseorang (Sharma dkk., 2020). Akibatnya, dapat berdampak negatif pada kemampuan remaja untuk berkonsentrasi dan menjalankan aktivitas sehari-hari (Gezgin dkk., 2018). Dorongan untuk terus-menerus memeriksa dan menjawab panggilan atau pesan yang berhubungan ataupun tidak berhubungan dengan pekerjaan sehingga dapat mengurangi perhatian dan fokus, penurunan performa kerja, peningkatan level stress, dan juga mengganggu kesehatan mental (King dkk., 2010).

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *nomophobia* merupakan fobia situasional dengan adanya perasaan cemas, takut, dan frustrasi saat tidak dapat mengakses ataupun berjauhan dengan *smartphone*. Individu menggunakan *smartphone* untuk berkomunikasi dan mencari informasi.

2. Ciri-ciri *Nomophobia*

Menurut Bragazzi & Del Puente (2014) ciri-ciri individu yang mengalami *nomophobia* adalah sebagai berikut:

a. Menghabiskan banyak waktu dalam menggunakan ponsel

Individu cenderung memiliki ponsel lebih dari satu dan selalu membawa pengisi daya kemanapun.

b. Merasa cemas dan gugup

Individu akan merasa cemas ketika tidak dapat menggunakan ponsel atau ketika ponsel tidak berada di dekat individu tersebut. Hal tersebut dapat terjadi ketika berada ditempat yang kurang memiliki jangkauan jaringan, baterai habis, paket internet atau pulsa habis, dan dalam situasi yang melarang untuk menggunakan ponsel.

c. Mengecek ponsel setiap saat

Individu memiliki kebiasaan untuk lebih sering mengecek ponsel untuk melihatn apakah ada pesan atau panggilan telfon.

d. Memastikan ponsel tetap aktif

Ponsel individu aktif selama 24 jam dan saat tertidur pun individu terbiasa meletakkan ponsel di tempat tidur.

e. Menghindari interaksi langsung

Individu merasa cemas dan stres ketika harus berinteraksi tatap muka dengan orang lain karena individu terbiasa dan lebih nyaman berkomunikasi menggunakan ponsel.

f. Rela berhutang untuk memenuhi fasilitas atau kebutuhan ponsel seperti membeli pulsa, paket internet, atau berlangganan aplikasi.

Khilnani dkk (2019) menemukan beberapa ciri yang dapat menjadi penentu terjadinya nomophobia, diantaranya:

a. Durasi Penggunaan Ponsel

Durasi yang digunakan oleh individu yang digunakan untuk mengakses ponsel selama lebih dari 5 jam setiap harinya dan memiliki skor NMP lebih tinggi dibanding individu yang hanya menggunakan ponsel selama kurang dari 1 jam.

b. Frekuensi Pengecekan Ponsel

Individu cenderung mengecek ponsel setiap 5 menit sekali.

c. Sensasi Dering Hantu

Sensasi ini merupakan bentuk halusinasi pendengaran ketika individu merasa ponsel berdering namun sebenarnya tidak.

Penjelasan diatas terdapat beberapa ciri-ciri nomophobia diantaranya durasi penggunaan *smartphone* tinggi, merasakan cemas saat berjauhan dengan *smartphone*, mengecek ponsel setiap saat, dan terdapat halusinasi dering hantu.

3. Aspek-aspek Nomophobia

Terdapat empat aspek yang mempengaruhi terjadinya nomophobia berdasarkan penelitian Yildirim (2014) diantaranya:

a. Ketidakmampuan Berkomunikasi

Hal ini didasarkan pada perasaan kehilangan komunikasi dan tidak dapat mengakses layanan komunikasi pada ponsel.

b. Kehilangan Keterhubungan

Perasaan kehilangan konektivitas dimana-mana. Hal ini berkaitan dengan terputusnya hubungan dengan seseorang di media sosial.

c. Ketidakmampuan Mengambil Informasi

Perasaan tidak nyaman yang disebabkan oleh ketidakmampuan mencari informasi di internet

d. Melepaskan Kenyamanan

Perasaan nyaman dan ketenangan pikiran yang diberikan oleh ponsel terutama terkait baterai dan jaringan.

Ferri-García dkk (2019) menemukan tiga aspek yang dapat mengukur tingkat nomophobia diantaranya:

a. Penyalahgunaan *Smartphone*

Menggunakan *smartphone* melebihi batas wajar yang, penyalahgunaan dalam berkirim pesan text, dan menghabiskan waktu lebih dari 4 jam/hari untuk mengakses *smartphone*. Hal tersebut dapat memicu pengaruh negatif pada individu salah satunya adalah gangguan tidur.

b. Kehilangan Kontrol

Terdapat emosi negatif yang tidak terkendali seperti munculnya perilaku agresif, kecemasan yang ekstrem dan merasa depresi ketika mengalami penyitaan *smartphone* atau situasi tidak dapat menggunakan *smartphone*.

c. Konsekuensi Negatif

Konsekuensi ini dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari seperti menurunnya kinerja kerja, fungsi sosial dan keluarga, serta gangguan persepsi.

Dixit dkk (2010) menemukan delapan aspek yang mempengaruhi nomophobia, diantaranya:

a. Intensitas penggunaan

Intensitas penggunaan ini merupakan durasi yang digunakan oleh individu dalam menggunakan *smartphone* setiap harinya. Individu yang mengalami nomophobia akan cenderung menghabiskan waktu 5 jam/hari.

b. Kecemasan dan stres

Kecemasan dan stress dialami oleh individu ketika tidak dapat mengakses informasi dan ketidakmampuan komunikasi menggunakan *smartphone*.

c. Kehilangan ponsel atau baterai habis

Individu akan panik dan cemas ketika kehilangan ponsel atau habis baterai karena merasa semua aktivitas dan kenyamanan yang didapatkan dalam ponsel terputus.

d. Jumlah pembelian kouta atau pulsa

Ponsel individu yang digunakan untuk waktu yang lama akan cenderung selalu menyediakan kouta atau pulsa dengan jumlah yang banyak.

d. Reaksi pada dering telepon yang tidak tepat

Reaksi individu yang mengalami nomophobia akan cenderung lebih sensitif dan sering kali mengalami halusinasi pendengaran ketika individu merasa ponsel berdering namun sebenarnya tidak.

e. Frekuensi pergantian kartu sim

Pergantian kartu sim dilakukan untuk mendapatkan jaringan yang luas dan sesuai dengan kebutuhan.

f. Jangkauan koneksi internet yang luas

Jangkauan internet yang luas mempermudah individu untuk berkomunikasi dengan siapapun dan dimanapun.

g. Reaksi ketidakmampuan menggunakan *smartphone* selama seminggu

Individu cenderung menunjukkan reaksi yang berlebihan atas ketidakmampuannya tidak menggunakan *smartphone* dalam jangka waktu lama. Reaksi ini seperti bingung harus melakukan apa, merasakan kecemasan, dan panik.

Nomophobia terdiri dari beberapa aspek seperti ketidakmampuan berkomunikasi, kehilangan koneksi, ketidakmampuan memperoleh informasi, dan melepaskan kenyamanan. Selain itu, aspek lainnya dapat dilihat dari intensitas penggunaan *smartphone* disertai rasa cemas, semakin lama individu menggunakan maka besar kemungkinan individu tersebut mengalami nomophobia.

4. Faktor-faktor Terjadinya Nomophobia

Faktor terbesar saat ini yang mendukung terjadinya nomophobia adalah modernisasi, di era serba digital ini banyak sekali aspek kehidupan yang berlangsung melalui perantara teknologi dengan fitur-fitur pendukung sehingga mempermudah individu melakukan semua aktivitas seperti berbelanja, berkomunikasi, mengakses informasi secara luas, dan mencari hiburan melalui game ataupun film. Hal tersebut yang mendorong generasi muda tidak bisa jauh dari ponsel (Syazaid et al., 2022). Selain itu, terbentuknya suatu kebiasaan berulang yang menyebabkan individu menjadi terbiasa untuk melakukan semua aktivitas dengan melibatkan *smartphone* (Riyanti et al., 2022).

Adapun faktor lain berdasarkan hasil penelitian Azizah (2024) yang dibagi menjadi dua faktor diantaranya:

a. Faktor internal

- 1) Kebiasaan berulang, penggunaan ponsel berlebihan biasanya disebabkan karena individu tidak membatasi penggunaan dan dilakukan terus menerus dalam jangka waktu yang panjang.

Sehingga, membuat individu menjadi terbiasa dan tidak dapat lepas dari ponsel.

- 2) Kurang mampu mengontrol diri, individu merasakan kesulitan untuk melepaskan ponselnya yang mengakibatkan individu membuka ponsel dalam situasi apapun.

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal ini dipengaruhi dari lingkungan, ketika orang-orang terdekat individu seperti orang tua atau saudara yang juga asik dengan ponselnya masing-masing. Sehingga, perilaku individu terbentuk dari kebiasaan di lingkungan.

Pasongli dkk (2020), menemukan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi nomophobia, diantaranya:

a. Jenis Kelamin

Jenis kelamin diketahui memiliki pengaruh terhadap tingkat nomophobia. Pada beberapa penelitian wanita memiliki tingkat nomophobia lebih tinggi dibanding laki-laki. Hal tersebut dipengaruhi perbedaan dalam bersosialisasi melalui media online untuk menyalurkan emosi dan pemikiran.

b. Usia

Semakin bertambahnya usia, semakin menurun tingkat nomophobia. Hal tersebut disebabkan karena individu yang berada di usia muda cenderung lebih banyak menggunakan teknologi untuk mempermudah aktivitas sehari-hari

c. Status Tinggal

Individu yang tinggal sendiri cenderung akan mengalami nomophobia dibanding dengan individu yang tinggal bersama keluarga. Mereka menggunakan *smartphone* untuk digunakan sebagai alat komunikasi, media hiburan, dan kepentingan yang lain agar tetap berhubungan dengan orang lain.

d. Kepemilikan *Smartphone*

Individu yang telah memiliki *smartphone* dalam jangka waktu yang lama lebih dari 5 tahun akan lebih rentan mengalami *nomophobia* dibanding individu yang baru memiliki *smartphone* kurang dari 5 tahun.

e. *Intensitas Penggunaan Smartphone*

Individu yang menggunakan *smartphone* tanpa batas waktu dan larangan apapun dapat menyebabkan banyak dampak negatif yang akan terjadi seperti sulit tidur, gangguan pada kesehatan mata, dan *nomophobia*.

Faktor pada *nomophobia* ini disebabkan oleh dua faktor yaitu internal dan eksternal. Faktor internal berasal dalam diri sendiri seperti kebiasaan berulang, kontrol diri, jenis kelamin, dan usia. Sedangkan faktor eksternal berasal dari sosial seperti lingkungan, orang tua, dan status tinggal.

5. Dampak-dampak yang dialami Penderita *Nomophobia*

Peningkatan *nomophobia* sejalan dengan meningkatnya penggunaan *smartphone* dengan tingkat kecemasan lebih terikat dialami oleh wanita dibanding laki-laki (Oraison & Wilson, 2024). Berdasarkan tinjauan sistematis terhadap 108 studi, diketahui bahwa wanita dan individu lebih muda di rentang usia 12-24 tahun yang memiliki resiko rentan menderita *nomophobia* (León-Mejía dkk., 2021). Penelitian lain yang melibatkan 306 siswa terdiri dari 46,1% laki-laki dan 53,9% perempuan dengan rentang usia 13-19 tahun, menyatakan bahwa perempuan dan remaja berusia 14-16 tahun beresiko lebih tinggi terkena *nomophobia* (González-Cabrera dkk., 2017). Namun, pada penelitian Kumar (2023) menemukan bahwa laki-laki memiliki tingkat *nomophobia* lebih tinggi dibanding perempuan.

Menurut Syazaid dkk (2022) *nomophobia* dapat memberikan dampak negatif yang mengancam kemuduran moral pada remaja, diantaranya:

a. Membangkang

Individu yang mengalami nomophobia merasa memiliki dunia sendiri ketika sedang fokus pada ponsel yang mengakibatkan tidak ingin diganggu. Sehingga apabila ada orang tua atau orang lain meminta tolong cenderung tidak peduli dan mengabaikan.

b. Hilang kesopanan

Ketika diajak berinteraksi, individu cenderung lebih fokus memainkan ponselnya dibandingkan menanggapi lawan bicaranya.

c. Hilangnya rasa empati dan simpati

Pada saat ini banyak individu yang lebih memilih untuk mengabadikan setiap momen dengan ponsel dan tidak terkecuali saat peristiwa musibah menimpa orang lain dibandingkan harus menolong terlebih dahulu. Selain itu, maraknya media sosial terkadang membuat individu tidak segan untuk memberikan komentar negatif disetiap postingan orang lain yang tidak disukai.

Nomophobia juga memberikan dampak fisik bagi individu, sebagian besar akan mengalami gangguan tidur dan ketegangan mata. Gejala lainnya seperti nyeri bahu/leher/punggung, sakit kepala, kelelahan, dan nyeri pergelangan tangan akibat penggunaan ponsel dalam jangka waktu lama (Khilnani et al., 2019).

Berdasarkan penjabaran diatas, diketahui nomophobia memiliki dampak negatif pada moral dan fisik individu. Individu yang mengalami nomophobia akan cenderung mudah marah, hilang kesopanan dan empati, insomnia, nyeri, dan kelelahan.

C. Hubungan Antara Nomophobia dengan Perilaku Agresif

Terdapat banyak faktor yang dapat membuat remaja berperilaku agresif faktor internal dan eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang dipengaruhi oleh diri sendiri seperti frustrasi dan gangguan emosional. Faktor eksternal terjadi dari pengaruh orang lain seperti teman sebaya, sekolah, dan lingkungan. Keadaan psikologis remaja merasakan frustrasi terjadi ketika individu berada dalam situasi

tidak menyenangkan seperti terhambat untuk mencapai suatu tujuan atau keinginan (Sekar, 2021b). Situasi tersebut dirasakan oleh remaja ketika tidak dapat mengakses *smartphone* ataupun pada saat diganggu orang lain ketika sedang asik menggunakan *smartphone*.

Tindakan agresif remaja yang diakibatkan dari faktor frustrasi ini dapat berupa mengumpat, menghina, serta berkelahi (Anwar & Anidar, 2018). Intensitas pengecekan *smartphone* yang berlebihan membuat individu mudah mengalami frustrasi dan cenderung berperilaku agresif (Kushlev & Leitao, 2020). Ketika *smartphone* menjadi penting bagi remaja akan merasakan perasaan enggan untuk diganggu yang dapat berdampak pada emosi individu dalam lingkungan sosial (Kushlev dkk., 2019).

Nomophobia mengacu pada ketidaknyamanan dan frustrasi ketika tidak dapat mengakses *smartphone* (Bragazzi & Del Puente, 2014). Nomophobia ini ditandai dengan durasi penggunaan berlebih, mengecek ponsel setiap saat, dan memastikan *smartphone* tetap aktif. Akibatnya, remaja akan cenderung mengalami kemuduran moral seperti mudah marah, membangkang, hilangnya kesopanan dan rasa empati (Syazaid dkk., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu, mengecek *smartphone* setiap saat dan penggunaan berlebih memprediksi meningkatkan aspek permusuhan dari perilaku agresif (Khoo & Yang, 2021). Hal ini disebabkan oleh intensitas penggunaan yang memicu timbulnya efek negatif salah satunya agresifitas. Penelitian lain menemukan bahwa nomophobia menghasilkan pengaruh yang tinggi pada aspek kemarahan (Nuri dkk., 2021).

Penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa melalui faktor frustrasi dari perilaku agresif dapat dipengaruhi oleh nomophobia. Ketidakmampuan remaja untuk terlepas dari *smartphone* memungkinkan individu berperilaku agresif saat berjauhan atau terganggu saat menggunakan *smartphone*.

D. HIPOTESIS

Hipotesis pada penelitian ini adalah terdapat hubungan antara nomophobia dengan perilaku agresif pada generasi alpha.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Identifikasi variabel adalah langkah yang digunakan untuk menentukan fungsi dari masing-masing variabel diantaranya variabel tergantung dan variabel bebas. Variabel tergantung adalah variabel yang keberadaannya dipengaruhi oleh variabel lain sedangkan variabel bebas adalah variabel yang memberikan pengaruh pada variabel lain (Azwar, 2017a). Penelitian ini terdapat dua variabel yaitu:

1. Variabel Tergantung (Y) : Perilaku Agresif
2. Variabel Bebas (X) : Nomophobia

B. Definisi Operasional

Definisi *Operasional* adalah definisi variabel dari hasil persepsi peneliti yang bersumber dari berbagai literature. Definisi ini menentukan batasan penulis terkait variabel yang akan diteliti dengan mengacu pada ciri atau karakteristik setiap variabel tersebut (Periantalo, 2020).

1. Nomophobia

Nomophobia merupakan fobia situasional yang mengacu pada kecemasan dan ketakutan saat tidak dapat mengakses *smartphone*, tidak mampu berkomunikasi, tidak dapat mengakses informasi, dan melepaskan kenyamanan dari ponsel. Akibatnya, individu akan menunjukkan perilaku tidak menyenangkan apabila kebebasannya bermain ponsel diganggu atau merasa terusik.

Nomophobia dapat diketahui dengan menggunakan alat ukur skala nomophobia yang disusun berdasarkan aspek-aspek dari (Yildirim, 2014) terdiri dari: 1) ketidakmampuan berkomunikasi; 2) kehilangan keterhubungan; 3) ketidakmampuan mengambil informasi; 4) dan melepaskan kenyamanan. Semakin tinggi skor pada skala maka

menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat nomophobia pada individu dan semakin rendah skor maka semakin rendah tingkat nomophobia.

2. Perilaku Agresif

Perilaku agresif adalah perilaku yang ditunjukkan untuk menyakiti dan melukai seseorang secara fisik ataupun verbal sebagai bentuk mengekspresikan atau melampiaskan emosi individu.

Perilaku agresif dapat dijabarkan menggunakan alat ukur skala agresif dengan aspek-aspek dari (Buss & Perry, 1992) diantaranya: 1) agresif fisik; 2) agresif verbal; 3) kemarahan; 4) dan permusuhan. Semakin tinggi skor yang didapatkan maka semakin tinggi tingkat agresif pada individu dan semakin rendah skor pada skala maka semakin rendah tingkat agresif.

3. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan subjek penelitian yang akan digunakan oleh peneliti sebagai kebutuhan untuk mengambil dan memenuhi karakteristik generalisasi yang telah ditentukan (Perianto, 2020). Populasi dalam penelitian yaitu siswa kelas 7 dan kelas 8 di SMPN X, terdapat 18 kelas dengan total 570 siswa dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1. Populasi Subjek

No	Kelas	Jumlah Siswa
1.	VII – A	31
2.	VII – B	32
3.	VII – C	32
4.	VII – D	32
5.	VII – E	32
6.	VII – F	32
7.	VII – G	31
8.	VII – H	32
9.	VII – I	31
10.	VIII – A	32
11.	VIII – B	32
12.	VIII – C	32
13.	VIII – D	32
14.	VIII – E	32
15.	VIII – F	31
16.	VIII – G	32
17.	VIII – H	32
18.	VIII – I	30
Total		570

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah subjek dalam suatu populasi dengan begitu sampel memiliki karakteristik yang sama atau setara dengan populasi yang dibutuhkan dalam penelitian (Perianto, 2020). Pada penelitian ini menggunakan 179 responden dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 2. Persebaran Sampel

No	Kelas	Jumlah Siswa
1.	VII – A	29
2.	VII – G	30
3.	VII – H	29
4.	VIII – B	31
5.	VIII – G	32
6.	VIII – H	28
Total		179

3. Teknik pengambilan sampel penelitian

Teknik pengambilan sampel merupakan teknik yang digunakan untuk pengambilan subjek yang disesuaikan dengan jenis penelitian dan

karakteristik subjek. Penelitian ini menggunakan teknik *random sampling* yang merupakan teknik pengambilan sampel dengan kriteria tertentu untuk mendapatkan subjek sesuai karakteristik penelitian (Perianto, 2020).

4. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini akan menggunakan skala psikologis. Skala merupakan alat ukur psikologis yang berisi pernyataan mengenai aspek kepribadian untuk mengungkapkan atribut melalui hasil respon individu (Azwar, 2021). Pada penelitian ini terdapat 2 skala yaitu skala nomophobia dan skala perilaku agresif.

1. Skala Nomophobia

Penyusunan skala nomophobia atau *nomophobia questions* (NMP-Q) dari Yildirim dan telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh (Rangka dkk., 2018) dengan 4 aspek yaitu tidak dapat berkomunikasi, kehilangan koneksi, tidak dapat mengakses informasi, dan melepaskan kenyamanan. Skala NMP-Q terdiri dari 20 aitem *favorable* dengan koefisien reliabilitas *alpha cronbach* sebesar 0,930 yang menunjukkan skala layak digunakan. Pada skala likert ini, responden dapat memilih dari empat alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Tabel 3. Blueprint Nomophobia

No.	Aspek-aspek	Item	Jumlah
		<i>Favorable</i>	
1.	Tidak dapat berkomunikasi	6	6
2.	Kehilangan koneksi	5	5
3.	Tidak dapat mengakses informasi	4	4
4.	Melepaskan kenyamanan	5	5
Jumlah		20	20

2. Skala Perilaku Agresif

Penyusunan skala perilaku agresif ini disusun menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh (Buss & Perry, 1992) dengan 4 aspek yaitu agresif fisik, agresif verbal, kemarahan, dan permusuhan. Skala agresif

berjumlah 32 aitem yang terdiri dari aitem *favorable* dan *unfavorable*. Pada skala likert ini, responden dapat memilih dari 4 alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Tabel 4. Blueprint Skala Agresif

No.	Aspek	Jenis Aitem		Jumlah aitem
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	Agresif fisik	4	4	8
2.	Agresif verbal	4	4	8
3.	Kemarahan	4	4	8
4.	Permusuhan	4	4	8
Jumlah		16	16	32

3. Validitas

Pada penelitian ini dua skala diatas akan kembali diuji coba untuk mengetahui nilai validitas dan reliabilitas. Validitas merupakan hasil dari ketepatan dan kecermatan dari hasil pengukuran pada aspek-aspek psikologis yang didapatkan. Validitas yang digunakan adalah validitas isi dengan melewati uji kelayakan dari *expert judgment* sebelum alat ukur digunakan (Azwar, 2012).

4. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan skor hasil perhitungan untuk mengetahui tingkat konsisten dan kestabilan dari alat ukur dengan nilai koefisien minimal 0.70. Penelitian ini menggunakan uji reliabilitas *cronbach alpha* (Azwar, 2012). Alasan menggunakan teknik tersebut adalah untuk mempermudah mendeteksi indikator aitem yang tidak konsisten dengan dibantu menggunakan *SPSS* sebagai alat bantu pengujian.

5. Uji Daya Beda

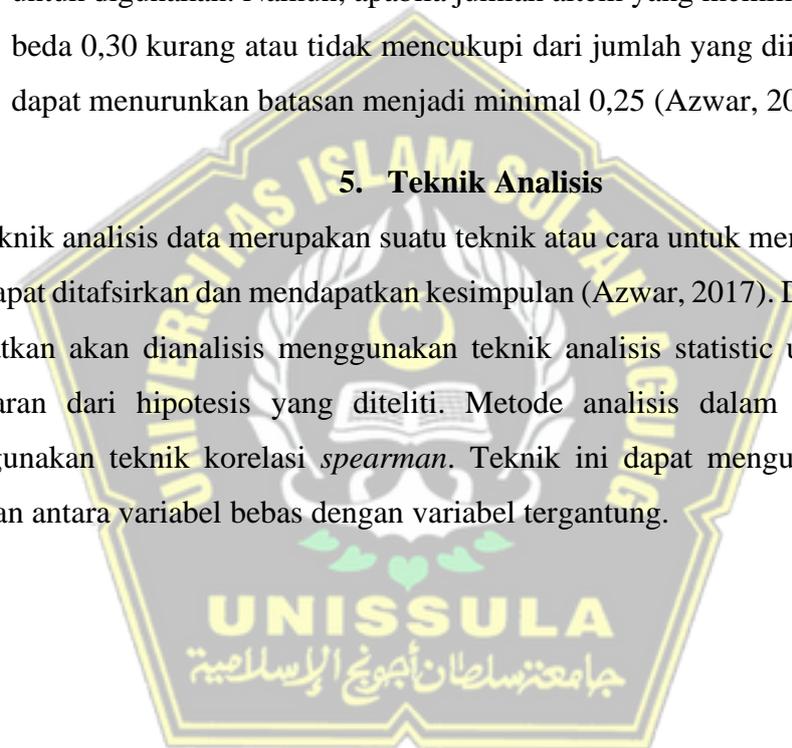
Uji daya beda aitem merupakan aitem yang dapat membedakan antar individu yang memiliki serta tidak memiliki atribut yang diukur. Perhitungan uji daya beda pada penelitian ini menggunakan teknik korelasi

product moment. Semakin tinggi tingkat koefisien antar aitem berkorelasi positif dengan skor skala maka semakin tinggi nilai konsistensi aitem dengan skala. Namun, jika tingkat koefisien aitem rendah dan mendekati nol maka aitem tidak cocok untuk mengukur skala (Azwar, 2021).

Batasan kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem total menggunakan batasan $r_{ix} \geq 0,30$ sehingga aitem yang mencapai nilai koefisien minimal 0,30 memiliki daya beda yang sesuai kriteria dan layak untuk digunakan. Namun, apabila jumlah aitem yang memiliki indeks daya beda 0,30 kurang atau tidak mencukupi dari jumlah yang diinginkan maka dapat menurunkan batasan menjadi minimal 0,25 (Azwar, 2021).

5. Teknik Analisis

Teknik analisis data merupakan suatu teknik atau cara untuk menganalisis data agar dapat ditafsirkan dan mendapatkan kesimpulan (Azwar, 2017). Data yang telah didapatkan akan dianalisis menggunakan teknik analisis statistic untuk menguji kebenaran dari hipotesis yang diteliti. Metode analisis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *spearman*. Teknik ini dapat mengukur hubungan keeratan antara variabel bebas dengan variabel tergantung.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kanchah dan Pelaksanaan Penelitian

1. Orientasi Kanchah Penelitian

Orientasi kanchah penelitian merupakan langkah awal dalam melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui karakteristik yang sesuai dengan fenomena yang akan diteliti. Langkah awal adalah menentukan lokasi penelitian dengan karakteristik populasi yang telah ditentukan. Penelitian dilaksanakan di SMPN X Semarang yang beralamat di Jl. Ki Mangunsarkoro No.1, Karangkidul, Kec. Semarang Tengah, Kota Semarang, Jawa Tengah 50136.

SMPN X Kota Semarang didirikan pada tanggal 8 Februari 1988 dengan Nomor SK Pendirian 052/01/1988 dan menjadi salah satu sekolah negeri yang berada di wilayah kecamatan Semarang Tengah, Kota Semarang dengan akreditasi A sejak tanggal 9 November 2017. SMPN X Semarang saat ini memiliki tenaga pendidik sebanyak 58 orang dan jumlah keseluruhan peserta didik sebanyak 841 siswa selain itu fasilitas sekolah yang memadai sebagai sarana prasarana penunjang aktivitas belajar dan mengajar.

Adapun beberapa pertimbangan yang menjadi alasan menetapkan SMPN X Semarang sebagai lokasi penelitian, diantaranya:

- a. Terdapat permasalahan mengenai perilaku agresif
- b. Pada lokasi tersebut belum pernah dilakukan penelitian terkait nomophobia dengan perilaku agresif pada siswa.
- c. Pihak SMPN X Semarang memberikan izin untuk melakukan penelitian

2. Pelaksanaan Penelitian

Tahap persiapan dilaksanakan untuk mengurangi potensi ketidaksesuaian dan meningkatkan peluang keberhasilan. Pada tahap

persiapan ini dilakukannya pengurusan surat perizinan, uji coba alat ukur skala, dan uji validitas, reliabilitas, serta daya beda aitem.

a. Tahap Persiapan Perizinan

Surat perizinan menjadi persyaratan yang wajib dilakukan sebelum melakukan penelitian. Fakultas psikologi menerbitkan surat izin untuk SMPN X Semarang dengan nomer surat yaitu: 22/C.1/Psi-SA/I/2025. Selanjutnya surat di teruskan ke Dinas Pendidikan untuk mendapatkan surat izin penelitian yang diterbitkan pada tanggal 8 Januari 2025 dengan nomor surat yaitu: B/769/074/I/2025. Kemudian kedua surat tersebut diserahkan kepada Bagian Pengurus Tata Usaha SMPN X Semarang sebelum disposisi dengan Kepala sekolah.

b. Penyusunan Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu alat ukur psikologi berupa skala likert. Alat ukur menjadi instrument pengumpulan data yang dirancang berdasarkan pendistribusian aspek-aspek pada setiap variable penelitian. Penelitian ini menggunakan 2 alat ukur yaitu skala nomophobia dan skala perilaku agresif.

Skala nomophobia (NMQ) akan menggunakan skala dari Yildirim yang telah diadaptasi oleh Rangka dkk (2018), skala ini terdiri dari 20 aitem *favorable*. Pada skala NMQ menawarkan 4 kemungkinan jawaban dengan skor sebagai berikut Sangat Setuju (SS) akan mendapat skor 4, Setuju (S) mendapatkan skor 3, Tidak Setuju (TS) dengan skor 2, dan Sangat Tidak Setuju memiliki skor 1.

Skala perilaku agresif disusun oleh peneliti menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Buss & Perry (1992). Skala ini memiliki total aitem sebanyak 32 aitem yang masing-masing terdiri dari 16 aitem *favorable* dan *unfavorable*. Skala ini menawarkan 4 kemungkinan jawaban dengan skor yang berbeda antara aitem *favorable* dan *unfavorable*. Pada aitem *favorable* penilaian diberikan yakni Sangat Setuju (SS) akan

mendapat skor 4, Setuju (S) mendapatkan skor 3, Tidak Setuju (TS) dengan skor 2, dan Sangat Tidak Setuju memiliki skor 1. Sedangkan aitem *unfavorable* yakni Sangat Setuju (SS) akan memperoleh skor 1, Setuju (S) mendapatkan skor 2, Tidak Setuju (TS) dengan skor 3, dan Sangat Tidak Setuju memiliki skor 4. Penyusunan skala dilakukan sebagai berikut:

1) Skala Nomophobia

Skala ini disusun dengan memuat 4 aspek yaitu tidak dapat berkomunikasi, kehilangan koneksi, tidak dapat mengakses informasi, dan melepaskan kenyamanan. Aspek-aspek tersebut ditemukan oleh Yildirim dalam berbahasa Inggris yang kemudian diadaptasi ke Bahasa Indonesia oleh Rangka dkk (2018). Skala ini memiliki total sebanyak 20 aitem *favorable* dengan nilai reliabilitas 0.920. Kemudian peneliti melakukan uji coba ulang karena ada perbedaan rentang usia dan tingkat pendidikan subjek yang digunakan. Pada penelitian sebelumnya menggunakan mahasiswa sebagai responden sedangkan pada penelitian ini subjek menggunakan siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP). Berikut sebaran aitem setelah dilakukan uji coba:

Tabel 5. Sebaran Aitem Skala Nomophobia

No	Aspek	Sebaran Aitem	Aitem	
			<i>Favorable</i>	Jumlah Aitem
1.	Tidak dapat berkomunikasi	1,5,9,13,17,18	6	6
2.	Kehilangan koneksi	2,6,10,14,19	5	4
3.	Tidak dapat mengakses informasi	3,7,11,15	4	3
4.	Melepaskan kenyamanan	4,8,12,16,20	5	5
Total Keseluruhan			20	

Berdasarkan tabel tersebut, setelah dilakukan uji coba ulang pada skala Nomophobia menyisakan 18 aitem yang dinyatakan valid dan reliabel.

2) Skala Perilaku Agresif

Penyusunan skala menggunakan 4 aspek yang ditemukan oleh (Buss & Perry, 1992) diantaranya agresif fisik, agresif verbal, kemarahan, dan permusuhan. Skala ini terdiri dari 32 aitem dengan masing-masing 16 aitem *favorable* dan *unfavorable*. Sebaran aitem dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Perilaku Agresif

No	Aspek	Sebaran Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Agresif Fisik	1,5,13,21	9,17,22,29	8
2	Agresif Verbal	2,6,18,25	10,14,23,27	8
3	Kemarahan	3,7,11,24	15,19,26,28	8
4	Permusuhan	4,12,30,31	8,16,20,32	8
Total Keseluruhan		16	16	32

3. Uji Coba Alat Ukur

Uji coba dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis validitas, reliabilitas skala, dan daya beda aitem. Uji coba dilaksanakan pada tanggal 10 Januari 2025 dengan subjek merupakan siswa kelas 7-8 di SMPN X Semarang sebanyak 79 siswa. Penyebaran skala dilakukan secara online dengan menggunakan *google form* dan dapat diakses melalui bit.ly/skalanomo. Peneliti mengawasi secara penuh selama proses uji coba berlangsung untuk memastikan subjek mengisi skala dengan sungguh-sungguh. Setelah proses pengisian selesai, peneliti menuju tahap skoring.

Skoring merupakan proses pengolahan data untuk mengetahui kelayakan pada setiap aitem yang digunakan. Proses ini dibantu dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 26.

B. Uji Validitas, Daya Beda, dan Reliabilitas Alat Ukur

Tujuan melakukan 3 jenis pengujian ini adalah untuk meninjau seberapa akurat aitem hingga layak untuk menjadi sebuah alat ukur. Uji validitas bertujuan untuk mengetahui tingkat valid aitem dalam mengukur data dengan membandingkan nilai r-hitung dan nilai r-tabel. Sedangkan daya beda aitem bertujuan untuk mendeskripsikan aitem yang dapat mengukur atribut dengan aitem yang memiliki atribut. Hal tersebut dapat diukur dengan mengkategorikan aitem apabila memiliki nilai koefisien ≥ 0.30 maka aitem memiliki daya beda tinggi namun jika koefisien korelasi $\leq 0,30$ dapat dikategorikan berdaya beda rendah. Kemudian reliabilitas dilakukan untuk mengetahui tingkat korelasi skala dan layak untuk diuji apabila memiliki nilai *Cronbach alpha* (α) ≥ 0.60 .

Berdasarkan perhitungan dari 3 jenis pengujian tersebut diketahui hasil dari masing-masing skala, sebagai berikut:

1. Skala Nomophobia

Peneliti melakukan uji validitas menghitung antara r-hitung dan r-tabel menggunakan tingkat signifikansi uji satu arah dengan taraf kesalahan 1% atau 0.01. Pada uji validitas ini 20 aitem memperoleh r-hitung 0.345 hingga 0.702 \geq r-tabel (0.261) maka seluruh keseluruhan aitem dinyatakan valid.

Pada uji daya beda aitem menggunakan korelasi *product moment* terhadap 20 aitem maka diperoleh 18 aitem berdaya beda tinggi dengan skor 0.362 hingga 0.653 sedangkan aitem dengan daya beda rendah berada di skor 0.272 hingga 0.295. Nilai reliabilitas *Cronbach alpha* dari 18 aitem sebesar 0.884. Maka dapat disimpulkan bahwa skala nomophobia pada penelitian ini akurat atau dapat digunakan sebagai alat ukur. Berikut sebaran aitem setelah dilakukan uji coba, diantaranya:

Tabel 7. Sebaran Aitem Skala Nomophobia

NO	Aspek	Aitem <i>Favorable</i>	Jumlah Aitem	
			Daya beda rendah	Daya beda tinggi
1	Tidak dapat berkomunikasi	1,5,9,13,17,18	0	6
2	Kehilangan koneksi	2*,6,10,14,19	1	4
3	Tidak dapat mengakses informasi	3*,7,11,15	1	3
4	Melepaskan kenyamanan	4,8,12,16,20	0	5
Total		20	2	18

Keterangan (*) aitem daya beda rendah

2. Skala Perilaku Agresif

Peneliti melakukan uji validitas membandingkan antara r-hitung dan r-tabel menggunakan tingkat signifikansi satu arah dengan taraf kesalahan 1% atau 0.01. Pada uji validitas ini 32 aitem memperoleh r-hitung 0.280 hingga $0.676 \geq r\text{-tabel}$ (0.261) maka diperoleh 24 aitem dinyatakan valid dan 8 aitem tidak valid berkisar 0.09 hingga 0.256.

Pada uji beda aitem menggunakan korelasi *product moment* diketahui terdapat 14 aitem menunjukkan daya beda tinggi dengan skor 0.308 hingga 0.668. Skala ini mendapatkan nilai *Cronbach alpha* sebesar 0.871. Maka skala perilaku agresif dalam penelitian ini dinyatakan akurat dan layak untuk digunakan sebagai alat ukur. Berikut hasil analisis aitem setelah di uji coba, diantaranya:

Tabel 8. Sebaran Aitem Skala Perilaku Agresif

NO	Aspek	Aitem	Jumlah Aitem		
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	Tidak valid
1	Agresif fisik	1,5,13, 29	9**,17*,21,22 *	17,22,	9
2	Agresif verbal	2,6,18, 25	10**, 14*, 23*, 27**	14,23	10,27
3	Kemarahan	3,7,11, 24*	15**,19**, 26*,28*	24,26,28	15,19,
4	Permusuhan	4**,12,30, 31*	8,16**,20**,3 2**	31	4,16,20, 30,32
Total				8	10

Keterangan

(*) aitem tidak valid

(**) aitem daya beda rendah

3. Penomoran Ulang

Uji coba skala telah dilakukan, aitem tidak valid dan memiliki daya beda rendah akan dihilangkan sebab tidak akan dipergunakan dalam penelitian. Aitem yang digunakan hanya aitem yang dinyatakan valid dan memiliki daya beda tinggi. Berikut penomoran ulang pada aitem skala nomophobia dan perilaku agresif, diantaranya:

Tabel 9. Sebaran Aitem Penomoran Ulang Skala Nomophobia

NO	Aspek	Sebaran aitem	Jumlah
		<i>Favorable</i>	
1	Tidak dapat berkomunikasi	1,3,7,11,15,16	6
2	Kehilangan koneksi	4,8,12,17	4
3	Tidak dapat mengakses informasi	5,9,13	3
4	Melepaskan kenyamanan	2,6,10,14,18	5
Total			18

Tabel 10. Sebaran Aitem Penomoran Ulang Skala Perilaku Agresif

NO	Aspek	Sebaran aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Agresif fisik	1,4,10,12	14	5
2	Agresif verbal	2,5,11,13	-	4
3	Kemarahan	3,6,8	-	3
4	Permusuhan	9	7	2
Total		12	2	14

C. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan secara langsung oleh peneliti pada tanggal 10-22 Januari 2025. Subjek yang terlibat dalam penelitian ini merupakan siswa SMPN X Semarang kelas 7 dan 8 yang berada di usia 12-14 tahun. Sampel yang digunakan sebanyak 239 siswa dari jumlah populasi sebanyak 570 siswa. Peneliti memberikan kuesioner skala nomophobia dan skala perilaku agresif yang telah di uji coba pada siswa yang memenuhi kriteria penelitian yaitu subjek berada diantara usia 12-14 tahun dan aktif menggunakan *smartphone*. Pengambilan data dilakukan melalui *google form* yang dapat diakses melalui tautan bit.ly/Skalanomo yang peneliti bagikan pada saat masuk kedalam ruang kelas. Proses pengisian kuesioner diawasi oleh peneliti beserta rekan dengan tujuan untuk memastikan subjek mengisi kuesioner secara sungguh-sungguh.

D. Analisis Data Penelitian

Data penelitian yang telah terkumpul dari hasil kuesioner yang disebarkan maka dapat dianalisis menggunakan uji normalitas dan hipotesis

1. Uji Asumsi

Uji normalitas merupakan uji asumsi yang bertujuan untuk mengetahui hasil penelitian berdistribusi normal atau tidak normal. Hasil uji normalitas yang baik ketika tingkat signifikan ≥ 0.05 maka data dapat dikatakan berdistribusi normal. Pada penelitian ini, analisis data melalui *One-Sampel Kolmogorov Smirnov* untuk menguji skor dari variable (X) dan

(Y) yang dibantu oleh SPSS versi 26.0. Berikut hasil uji normalitas dalam penelitian:

Tabel 11. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Test statistic	Df	Sig.	P	Keterangan
Perilaku Agresif	0.079	179	0.009	<0.05	Tidak normal
Nomophobia	0.070	179	0.031	<0.05	Tidak Normal

Hasil dari analisis diatas uji normalitas *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* diketahui skala nomophobia memiliki skor Sig. $0.031 < 0.05$ menunjukkan bahwa skala berdistribusi normal dan pada skala perilaku agresif memperoleh skor Sig. $0.009 < 0.05$ yang berarti skala tidak berdistribusi normal.

Berdasarkan hasil tersebut maka penelitian ini akan menggunakan teknik analisis uji non-parametrik untuk mengetahui hubungan antar variabel bebas dan tergantung. Hal ini disebabkan data tidak memenuhi syarat untuk melakukan uji parametrik karena terdapat data yang tidak memenuhi asumsi normalitas. Sehingga uji nonparametrik penelitian ini menggunakan teknik analisis uji korelasi *spearman rank*, teknik ini tidak memiliki syarat terdistribusi normal.

2. Uji Korelasi

Metode uji korelasi non-parametrik pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *spearman rank* dengan tujuan untuk menguji hipotesis dengan mencari hubungan antara variabel (X) dan variabel (Y). Hasil uji ini dapat dikatakan berkorelasi apabila hasil nilai sig. < 0.05 maka kedua variabel memiliki hubungan. Berikut tabel analisis uji korelasi *spearman rank* diantaranya:

Tabel 12. Hasil Uji Korelasi Spearman Rank

		X	Y
Spearman rho	Koefisien korelasi	1.000	0.238
	Sig.(2-tailed)	.	0.001
N		179	179

Berdasarkan hasil analisis diatas, diketahui nilai Sig.(2-tailed) sebesar $0.001 < 0.005$ atau ($p < 0.05$) maka variabel nomophobia dengan variabel perilaku agresif memiliki hubungan yang saling berkorelasi signifikan.

Nilai koefisien korelasi *spearman rank* bernilai positif atau searah sebesar 0.238 yang berarti semakin tinggi nomophobia maka perilaku agresif akan semakin meningkat. Tingkat koefisien korelasi antara variabel nomophobia dan variabel perilaku agresif berada di rentang interval koefisien 0.20-0.399 yaitu sebesar 0.238 yang berarti kedua variabel tersebut berada ditingkat hubungan rendah.

E. Deskripsi Variabel Penelitian

Pada bagian ini disusun untuk mendeskripsikan skor pada setiap variabel yang digunakan sebagai alat ukur penelitian. Analisis data ini memiliki beberapa tahapan untuk membuat kategorisasi subjek noormatif menggunakan perhitungan hipotetik dengan bantuan SPSS versi 26.0. Berikut tabel analisis kategorisasi pada variabel nomophobia dan perilaku agresif:

Tabel 13. Norma Kategorisasi Skor

Norma Kategorisasi	Kategorisasi
$X < \mu - 1.8 (\sigma)$	Sangat rendah
$\mu - 1.8 (\sigma) \leq X \leq \mu - 0.6 (\sigma)$	Rendah
$\mu - 0.6 (\sigma) < X \leq \mu + 0.6 (\sigma)$	Sedang
$\mu + 0.6 (\sigma) < X \leq \mu + 1.8 (\sigma)$	Tinggi
$\leq X$	Sangat tinggi

Keterangan:

μ : Mean hipotetik

σ : Standar deviasi hipotetik

1. Deskripsi Data Skor Nomophobia

Skala nomophobia memiliki 18 aitem dengan rentang skor 1-4 dengan potensi skor minimum 18 (18×1) dan skor maksimum 72 (18×4). Perhitungan hipotetik menghasilkan standar deviasi 9 ($((72-18) : 6)$) dan skor rata-rata 45 ($((72 + 18) : 2)$).

Berdasarkan hasil penelitian skor empirik dari skala nomophobia memiliki skor terendah 26, skor maksimum 72, rata-rata 51,26 dan standar deviasi 8,542. Berikut tabel deskripsi skor skala nomophobia, diantaranya:

Tabel 14. Deskripsi Skor Skala Nomophobia

	Empirik	Hipotetik
Skor minimum	26	18
Skor maksimum	72	72
Mean (M)	51.26	45
Standar deviasi (SD)	8.772	9

Hasil tersebut menunjukkan subjek berada pada kategori tinggi dengan skor *mean* (M) sebesar 51.26 lebih tinggi dibandingkan skor *mean* (M) hipotetik yang hanya sebesar 45.

Selain itu, peneliti menggunakan lima kategorisasi dalam mengelompokan subjek yang ditentukan dengan norma berikut dibawah ini:

Tabel 15. Kategorisasi Subjek Pada Skala Nomophobia

Norma kategorisasi	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$X < 28.8$	Sangat rendah	2	1.1%
$28.8 \leq X \leq 39.6$	Rendah	11	6.1%
$39.6 < X \leq 50.4$	Sedang	74	41.3%
$50.4 < X \leq 61.2$	Tinggi	71	39.7%
≤ 61.2	Sangat tinggi	21	11.7%

Sangat rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat tinggi

18 28.8 39.6 50.4 61.2 72

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas, skor skala perilaku agresif berada dalam kategori tinggi sebesar 51.51 dalam rentang $50.4 \leq X \leq 61.2$.

Tabel 16. Deskripsi Tingkat Nomophobia berdasarkan Aspek

Aspek	Mean	Std.deviasi
Tidak dapat berkomunikasi	520.17	30.92
Kehilangan koneksi	475.50	40.91
Tidak dapat mengakses informasi	505.33	36.473
Melepaskan kenyamanan	503.00	45.23

Tabel diatas merupakan analisis nilai rata-rata pada setiap aspek nomophobia yang terdiri dari 4 aspek yaitu tidak dapat berkomunikasi, kehilangan koneksi, tidak dapat mengakses informasi, dan melepaskan kenyamanan. Nilai rata-rata tertinggi diperoleh oleh tidak dapat berkomunikasi dengan skor rata-rata sebesar 520.71.

2. Deskripsi Data Skor Perilaku Agresif

Skala perilaku agresif memiliki 14 aitem dengan rentang skor 1-4 dengan potensi skor minimum 14 (14×1) dan skor maksimum 56 (14×4). Perhitungan hipotetik menghasilkan standar deviasi 7 ($((56-14) : 6)$) dan skor rata-rata 35 ($((56 + 14) : 2)$).

Berdasarkan hasil penelitian skor empirik dari skala perilaku agresif memiliki skor terendah 17, skor maksimum 53, rata-rata 29.50 dan standar deviasi 6.335. Berikut tabel deskripsi skor skala nomophobia, diantaranya:

Tabel 17. Deskripsi Skor Skala Perilaku Agresif

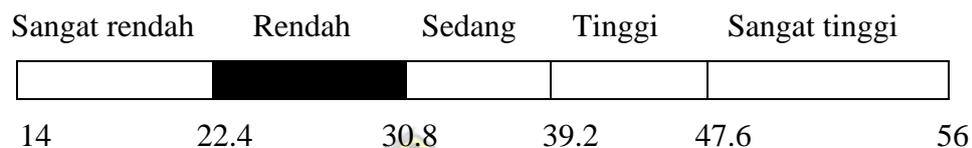
	Empirik	Hipotetik
Skor minimum	17	14
Skor maksimum	53	56
Mean (M)	29.50	35
Standar deviasi (SD)	6.335	7

Hasil tersebut menunjukkan subjek berada pada kategori sedang dengan skor *mean* (M) sebesar 29.50 lebih kecil dibandingkan skor *mean* (M) hipotetik yang hanya sebesar 35.

Selain itu, peneliti menggunakan lima kategorisasi dalam mengelompokan subjek yang ditentukan dengan norma berikut dibawah ini:

Tabel 18. Kategorisasi Skor Skala Perilaku Agresif

Norma kategorisasi	Kategorisasi	Jumlah	Presentase
$X < 22.4$	Sangat rendah	28	15.6%
$22.4 \leq X \leq 30.8$	Rendah	80	44.7%
$30.8 < X \leq 39.2$	Sedang	58	32.4%
$39.2 < X \leq 47.6$	Tinggi	12	6.7%
≤ 47.6	Sangat tinggi	1	0.6%



Berdasarkan tabel kategorisasi diatas, skor skala perilaku agresif berada dalam kategori rendah sebesar 29.50 dalam rentang $22.4 \leq X \leq 30.8$.

Tabel 19. Deskripsi Tingkat Perilaku Agresif berdasarkan Aspek

Aspek	Mean	Std.deviasi
Agresif fisik	399.60	105.28
Agresif verbal	337.50	36.73
Kemarahan	411.33	45.74
Permusuhan	350.00	36.76

Tabel diatas merupakan analisis nilai rata-rata pada setiap aspek perilaku agresif yang terdiri dari 4 aspek yaitu agresif fisik, agresif verbal, kemarahan, permusuhan. Nilai rata-rata tertinggi diperoleh oleh aspek kemarahan dengan skor 411.33 dan agresif fisik sebesar 399.60

F. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan adanya hubungan antara nomophobia dengan perilaku agresif pada Generasi Alpha dengan subjek yang merupakan siswa SMPN X Semarang. Pernyataan tersebut dibuktikan dengan hasil uji koefisien korelasi *spearman rank* antara kedua variabel tersebut memperoleh nilai sebesar 0.238 bernilai positif atau searah yang berarti semakin tinggi nomophobia maka perilaku agresif akan semakin meningkat. Perhitungan tersebut juga mendapatkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0.001 ($p < 0.05$) yang berarti variabel nomophobia berkorelasi positif dengan variabel perilaku agresif. Tingkat koefisien korelasi kedua variabel tersebut berada di rentang interval 0,20-0.399 yaitu sebesar

0.238 maka diketahui variabel nomophobia dan perilaku agresif berkorelasi namun dalam hubungan rendah.

Perilaku agresif yang disebabkan oleh nomophobia menjadi salah satu isu psikologis yang sangat penting untuk diketahui pada era digital ini, penggunaan *smartphone* dengan jangka waktu yang lama atau berlebihan akan meningkatkan ketergantungan psikologis seperti ketakutan dan kecemasan ketika tidak dapat mengakses *smartphone* untuk berkomunikasi dan memperoleh informasi. Fenomena nomophobia ini rentan dialami oleh usia kelompok remaja yang memiliki keterlibatan tinggi dengan teknologi dan media sosial. (Arifandy & Cahya Ningrat, 2025). Individu yang terlalu sering mengecek *smartphone* dapat menurunkan tingkat produktivitas di lingkungan sosial yang memungkinkan remaja lebih mudah merasakan frustrasi yang memicu perilaku agresif (Khoo & Yang, 2021).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nuri, Direktör, dkk (2021) yang mengungkapkan bahwa nomophobia hanya memprediksi kemarahan sebagai perilaku agresif. Perilaku agresif yang ditunjukkan pada penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Syifa dkk (2019) sebanyak 26% individu yang menggunakan *smartphone* berlebihan akan mengakibatkan anak menjadi lebih sering membantah dan tidak senang bermain bersama teman seusianya.

Penelitian tersebut semakin memperkuat hasil penelitian yang menyatakan bahwa adanya hubungan nomophobia dan perilaku agresif pada generasi alpha di SMPN X Semarang. Hubungan antara kedua variabel berada dalam kategori rendah dimana nomophobia hanya mempengaruhi perilaku agresif sebesar 23,8%. Hal ini disebabkan nomophobia hanya efek rendah untuk mempengaruhi ciri-ciri kepribadian pada individu salah satunya adalah kepribadian yang menimbulkan agresifitas (Nuri, Direktör, dkk., 2021).

G. Kelemahan Penelitian

1. Subjek belum memahami cara mengerjakan skala sehingga ada kemungkinan subjek mengerjakan skala secara asal
2. Terdapat kesalahan pada bentuk jawaban pada skala likert

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian uji hipotesis menggunakan teknik korelasi *spearman rank* antara kedua variabel tersebut memperoleh nilai sebesar 0.238 bernilai positif atau searah dengan taraf Sig. (2-tailed) sebesar 0.001 ($p < 0.05$). Maka dapat ditarik Kesimpulan bahwa nomophobia dengan perilaku agresif memiliki hubungan yang signifikan terhadap generasi alpha SMPN X Semarang. Semakin tinggi perilaku nomophobia yang dialami maka akan semakin meningkat perilaku agresif yang terjadi. Namun, kedua variabel berada dalam tingkat korelasi sebesar 0.238 sehingga nomophobia dan perilaku agresif memiliki koefisien korelasi rendah.

B. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan, peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Siswa

Pada tingkat nomophobia yang tinggi, maka siswa diharapkan dapat mengontrol diri untuk tidak mengakses *smartphone* berlebihan dengan lebih menghabiskan banyak waktu untuk bersosialisasi secara langsung dan memperbanyak dalam mengikuti kegiatan positif untuk memperoleh informasi serta pengetahuan yang lebih luas.

2. Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan untuk meninjau kembali dan meningkatkan landasan teoritis nomophobia dengan perilaku agresif yang lebih mendukung hasil penelitian agar relevan. Selain itu, apabila menggunakan siswa SMP sebagai subjek penelitian diharapkan penulis berikutnya dapat menggunakan kalimat yang lebih mudah dimengerti dan sesuai dengan lingkungan subjek dalam penulisan aitem skala.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, S. (2024, Mei 3). *Psikolog Ungkap Faktor Pemicu Tindak Kekerasan Pelajar di Sukabumi*. detikJabar.
- Annur, C. M. (2021). *BPS: 88,99% Anak 5 Tahun ke Atas Mengakses Internet untuk Media Sosial*. Databoks.
- Annur, C. M. (2024). *Durasi Pengguna Ponsel di Indonesia Cenderung Meningkatkan Semenjak Pandemi*. Databoks.
- Anwar, D. F., & Anidar, J. (2018). *HUBUNGAN ANTARA FRUSTRASI DENGAN PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK KELAS IX DI MTsN 1 PESISIR SELATAN*.
- Arifandy, M., & Cahya Ningrat, R. (2025). Psychological Impact of Smartphone Use on Nomophobia Among Teenagers. *Asian Journal of Healthy and Science*, 4(1), 31–41. <https://doi.org/10.58631/ajhs.v4i1.189>
- Azizah, N. (2024). *Perilaku Nomophobia dan Penanganannya pada Siswa di Pendidikan Menengah*. 4(1), 55–59. <https://doi.org/10.31960/dikdasmen-v4i1-2386>
- Azwar, S. (2012). *Reliability dan Validitas* (4 ed.). Pustaka Peljar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi* (II). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2021). *Penyusunan Skala Psikologi* (2 ed.). Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Statistik Jawa Tengah. (2022). *Persentase Penduduk Berumur 5 Tahun ke Atas yang Menggunakan Telepon Seluler (HP)/Nirkabel dalam 3 Bulan Terakhir menurut Kabupaten/Kota dan Jenis Kelamin (Tahun), 2021*. jateng.bps.go.id.
- Bandura, A. (1973). *Aggression a Social Learning Analysis* (Ginny;, Marry;, & Carol;, Ed.; e-book 201). United States Of America.
- Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155–160. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S41386>
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992a). The Aggression Questionnaire. *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, 63(3), 1–3. https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_809-1
- Chung, J. E., Song, G., Kim, K., Yee, J., Kim, J. H., Lee, K. E., & Gwak, H. S. (2019). Association between anxiety and aggression in adolescents: A cross-sectional study. *BMC Pediatrics*, 19(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12887-019-1479-6>
- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1995). *Relational Aggression , Gender , and Social-Psychological Adjustment*. 710–722.
- DailyMail. (2008). *Nomophobia Is The Fear Of Being Out Of Mobile Phone Contact - And It's The Plague Of Our 24/7 Age*.
- Damarjati, D. (2019, September 12). *Ada Murid Ancam Guru dengan Sabit, KPAI: Gadget Bikin Anak Agresif*. Detiknews.

- Dixit, S., Shukla, H., Bhagwat, A., Bindal, A., Goyal, A., Zaidi, A., & Shrivastava, A. (2010). A study to evaluate mobile phone dependence among students of a medical college and associated hospital of central India. *Indian Journal of Community Medicine*, 35(2), 339–341. <https://doi.org/10.4103/0970-0218.66878>
- Dodge, K. A. (1980). Social cognition and children's aggressive behavior. *Child development*, 51(1), 162–170. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1980.tb02522.x>
- Dollard, J., Doob, L. W., Miller, N. E., & Mowrer, O. H. (1968). *frustration-aggression.pdf*. Yale University Press.
- Drndarević, N. (2021). Psychological theories of aggression. *Zbornik instituta za kriminološka i sociološka istraživanja*, XL(2–3), 91–104. <https://doi.org/10.47152/ziksi202123026>
- Ediyono, S. (2022). Wacana Generasi Emas: Harapan dan Tantangan dalam Filsafat Pancasila. *Social, Humanities, and Educational Studies (SHEs): Conference Series*, 5(3), 75. <https://doi.org/10.20961/shes.v5i3.59318>
- Fadlurrohman, I., Husein, A., Yulia, L., Wibowo, H., & Raharjo, S. T. (2020). Memahami Perkembangan Anak Generasi Alfa Di Era Industri 4.0. *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*, 2(2), 178. <https://doi.org/10.24198/focus.v2i2.26235>
- Fauziyah, L., Sari Dewi, M., & Setiawan, E. (2024). PENGARUH PENGGUNAAN SMARTPHONE TERHADAP PERILAKU AGRESIF ANAK USIA 4-5 TAHUN. <http://riset.unisma.ac.id/index.php/fai/index>
- Ferri-García, R., Olivencia-Carrión, M. A., Rueda, M. del M., Jiménez-Torres, M. G., López-Torrecillas, F., Ferri-García, R., Olivencia-Carrión, M. A., Rueda, M. del M., Jiménez-Torres, M. G., & López-Torrecillas, F. (2019). Reliability and construct validity testing of a questionnaire to assess nomophobia (QANP). *Escritos de Psicología (Internet)*, 12(2), 43–56.
- Firdaus, M. T., Muhari, Prof. Dr. H., Christiana S.Pd., M. P. E., & Pratiwi M.Pd, Dra. T. I. (2013). *FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB PERILAKU AGRESIF PADA SISWA DI SMP KELURAHAN KEDUNG ASEM SURABAYA THE CAUSAL* (Vol. 1, Nomor 2).
- Fu, L., Wang, P., Zhao, M., Xie, X., Chen, Y., Nie, J., & Lei, L. (2020). Can emotion regulation difficulty lead to adolescent problematic smartphone use? A moderated mediation model of depression and perceived social support. *Children and Youth Services Review*, 108. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2019.104660>
- Gezgin, D. M., Cakir, O., & Yildirim, S. (2018). The relationship between levels of nomophobia prevalence and internet addiction among high school students: The factors influencing nomophobia. *International Journal of Research in Education and Science*, 4(1), 215–225. <https://doi.org/10.21890/ijres.383153>
- González-Cabrera, J., León-Mejía, A., Pérez-Sancho, C., & Calvete, E. (2017). Adaptación al español del cuestionario Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) en una muestra de adolescentes TT - Adaptation of the Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) to Spanish in a sample of adolescents. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 45(4), 137–144.
- Hurlock. (1980). *Psikologi Perkembangan* (kelima). Pustaka Indo.

- Khilnani, A. K., Thaddanee, R., & Khilnani, G. (2019). Prevalence of nomophobia and factors associated with it: a cross-sectional study. *International Journal of Research in Medical Sciences*, 7(2), 468. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.ijrms20190355>
- Khoo, S. S., & Yang, H. (2021). Smartphone addiction and checking behaviors predict aggression: A structural equation modeling approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(24). <https://doi.org/10.3390/ijerph182413020>
- King, A. L. S., Valença, A. M., & Nardi, A. E. (2010). Nomophobia: The Mobile Phone in Panic Disorder With Agoraphobia. *Cognitive and Behavioral Neurology*, 23(1), 52–54. <https://doi.org/10.1097/wnn.0b013e3181b7eabc>
- King, A. L. S., Valença, A. M., & Nardi, A. E. (2014). Nomophobia: The mobile phone in panic disorder with agoraphobia: Reducing phobias or worsening of dependence? *Cognitive and Behavioral Neurology*, 23(1), 52–54. <https://doi.org/10.1097/WNN.0b013e3181b7eabc>
- Kompasiana. (2024, Juni 20). *Kenakalan Remaja Indonesia, Analisis Terkini dan Strategi Penanggulangan*. Kompasiana. https://www.kompasiana.com/muhamadfarhan8435/667404a6c925c43e2341c712/kenakalan-remaja-indonesia-analisis-terkini-dan-strategi-penanggulangan?page=all#goog_rewarded
- Kruglanski, A. W., Ellenberg, M., Szumowska, E., Molinario, E., Speckhard, A., Leander, N. P., Pierro, A., Di Cicco, G., & Bushman, B. J. (2023). Frustration–aggression hypothesis reconsidered: The role of significance quest. *Aggressive Behavior*, 49(5), 445–468. <https://doi.org/10.1002/ab.22092>
- Kumar, S. (2023). Prevalence of Nomophobia and Analysis of Its Contributing Factors among Higher Education Students. *Indian Journal of Private Psychiatry*, 17(2), 68–73. <https://doi.org/10.5005/jp-journals-10067-0150>
- Kushlev, K., Dwyer, R., & Dunn, E. W. (2019). The Social Price of Constant Connectivity: Smartphones Impose Subtle Costs on Well-Being. *Current Directions in Psychological Science*, 28(4), 347–352. <https://doi.org/10.1177/0963721419847200>
- Kushlev, K., & Leitao, M. R. (2020). *The Effects of Smartphones on Well-Being: Theoretical Integration and Research Agenda*.
- León-Mejía, A. C., Gutiérrez-Ortega, M., Serrano-Pintado, I., & González-Cabrera, J. (2021). A systematic review on nomophobia prevalence: Surfacing results and standard guidelines for future research. *PLOS ONE*, 16(5), e0250509.
- Mashabi, S., & Prastiwi, M. (2024, Oktober 24). *JPPI: Sepanjang Tahun 2024 Ada 293 Kasus Kekerasan di Sekolah*. Kompas. <https://www.kompas.com/edu/read/2024/10/24/163509171/jppi-sepanjang-tahun-2024-ada-293-kasus-kekerasan-di-sekolah?>
- McCrinkle, M., & Fell, A. (2020). *UNDERSTANDING GENERATION ALPHA*.

- Mil, S., & Shanzivani, S. (2023). Pengaruh Bermain Smartphone Terhadap Agresivitas Anak. *PAUDIA : Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 12(2), 203–217. <https://doi.org/10.26877/paudia.v12i2.15867>
- Muharram, H. Z., & Prathama, A. G. (2022). Identifikasi Faktor Risiko Kenakalan Remaja di Wilayah Kampung Kota Jakarta. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 6(1), 92. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v6i1.2738>
- Mukti, A. (2021). *THE LEVEL OF GENERATION THEORY DAN RELEVANSINYA TERHADAP PENDIDIKAN ANAK USIA DINI*.
- Murray, H. (1990). *Theories of Personality*. Taylor & Francis. <https://doi.org/10.4337/9781800377486.personology>
- Muyana, S., Widyastuti, D. A., Dahlan, U. A., & Pendahuluan, A. (2017). *NOMOPHOBIA (NO-MOBILE PHONE PHOBIA) PENYAKIT*. 280–287.
- Nuri, C., Direktör, C., & Arnavut, A. (2021). The mediation effects of smartphone addiction on relationship between aggression and nomophobia. *World Journal on Educational Technology: Current Issues*, 13(1), 106–114. <https://doi.org/10.18844/wjet.v13i1.5403>
- Nuriddinov, A. (2023). A Study Of The Aggressive Status Of Football Fans. *American Journal Of Social Sciences And Humanity Research*, 03(11), 73–80.
- Oraison, H., & Wilson, B. (2024). The Relationship Between Nomophobia, Addiction, and Distraction. *Journal of Technology in Behavioral Science*, February 2023. <https://doi.org/10.1007/s41347-024-00392-z>
- Pasongli, A., Ratag, B. T., & Kalesaran, A. F. C. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Nomophobia Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas SAM Ratulangi. *KESMAS*, 9(6), 88–95.
- Periantalo, J. (2020). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Pustaka Peljar.
- Putra, H. R. (2024, Maret 12). *KPAI Terima 141 Aduan Kekerasan Anak Sepanjang Awal 2024, 35 Persen Terjadi di Sekolah*. TEMPO. <https://www.tempo.co/arsip/kpai-terima-141-aduan-kekerasan-anak-sepanjang-awal-2024-35-persen-terjadi-di-sekolah-78415>
- Rahiem, M. D. H., Fitri, A., & Faeruz, R. (2022). Video Pembelajaran dan Lembar Kerja pada Pembelajaran Anak Usia Dini Selama COVID-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 3967–3980. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2435>
- Rahmat, C. P., Ilahi, F. N., Cahyo, G. N., & Sugara, H. (2024). Perilaku agresif pada remaja: dampak dan pencegahannya. *Original Article*, 20(3), 21–26. <https://doi.org/10.26539/terapeutik.732700>
- Rahmawati, A., & Asyanti, S. (2017). Fenomena Perilaku Agresif Pada Remaja Dan Penanganan Secara Psikologis. *Publikasiilmiah.ums*, 6, 3–4.

- Rangka, I. B., Prasetyaningtyas, W. E., Ifdil, I., Suranata, K., Winingsih, E., Sofyan, A., Irawan, M., Arjanto, P., Muslifar, R., & Wijaya, R. S. (2018a). Measuring psychometric properties of the Indonesian version of the NoMoPhobia Questionnaire (NMPQ). *Journal of Physics*.
- Riyanti, V., Muryati, M., Z, D., & Muttaqin, Z. (2022). Gambaran Nomophobia Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale*, 1(1), 249–254. <https://doi.org/10.34011/jkifn.v1i1.106>
- Sa'adah, N. L., & Ariana, A. D. (2022). Hubungan antara Menonton Film Kekerasan dengan Agresivitas pada Remaja Awal. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 2(1), 31–36. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.31954>
- Saputra, W. N. E., Hanifah, N., & Widagdo, D. N. (2024). Perbedaan Tingkat Perilaku Agresi Berdasarkan Jenis Kelamin pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan Kota Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(4), 142–147. <https://doi.org/10.17977/um001v2i42017p142>
- Sari, N. M., & Falah, F. (2024). *Perilaku Agresif Ditinjau dari Konformitas dan Jenis Kelamin Pada Siswa yang Bermain Game Online dengan Durasi Lebih dari 2 Jam*. 93–105.
- Sekar, P. R. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Agresivitas Remaja Putri Rahmaning Sekar. *Psyche 165 Journal*, 14(1), 27–31.
- Sena, V. N. P., & Japar, Prof. Dr. M. (2024). *Hubungan Kecanduan Game Online dengan Intensitas Menonton Live Streaming Game Dengan Agresivitas Mukharils Pada Remaja Pengguna Game Online Mobile Legends: Bang Bang*. 000(112), 1–21.
- Setia, R., & Tiwari, S. (2021). *A study on NOMOPHOBIA among youth in Indian perspective*. 9(1). <https://doi.org/10.25215/0901.074>
- Sharma, M., Amandeep, Mathur, D. M., & Jeenger, J. (2020). Nomophobia and its relationship with depression, anxiety, and quality of life in adolescents Manu. *Industrial Psychiatry Journal*, 195–201. <https://doi.org/10.4103/ipj.ipj>
- Subarkah, M. A. (2019). Pengaruh Gadget Terhadap Perkembangan Anak. *Rausyan Fikr : Jurnal Pemikiran dan Pencerahan*, 15(1), 125–139. <https://doi.org/10.31000/rf.v15i1.1374>
- Syazaid, A., Naufal Alfarabi, A., Zanna, E. M., Nanda, M., Shofiyyah, H., Salsabillah, S., Kharisma, C. G., Fathan Ilmi, M., Desrina, T. I., Nurrahman, S., Ayu, I., Mahadewi, K., Fajarullah, A., Widiyanti, A., Gharini, M., Leiwakabessy, W., & Stevy, R. (2022). Perilaku Nomophobia Pada Remaja di Era Society 5.0. *Proceeding Conference on Psychology and Behavioral Sciences*, 1(1), 59–67.
- Syifa, L., Setianingsih, E. S., & Sulianto, J. (2019). View of Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Psikologi pada Anak Sekolah Dasar.pdf. *Ilmiah Sekolah Dasar*, 3.
- Triastutik, Y. (2018). SKRIPSI HUBUNGAN BERMAIN GADGET DENGAN TINGKAT PERKEMBANGAN ANAK USIA 4-6.

- Wangsa, P. R. P., & Tobing, D. H. (2024). Factors Influencing Aggression Among Adolescents in Indonesia: A Literature Review. *Nusantara Journal of Behavioral and Social Sciences*, 3(2), 53–62. <https://doi.org/10.47679/202448>
- Warburton, W. A., & Anderson, C. A. (2015). Aggression, Social Psychology of. Dalam *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences: Second Edition* (Second Edi, Nomor December 2015). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.24002-6>
- Williamson, S., Lenares-Solomon, D., Keran Flynn-Kroska, C., Blaine Everson, R., & Stanley, J. L. (2023). *A PREDICTIVE STUDY OF EXCESSIVE SMARTPHONE USE AND AGGRESSION IN ADULTS*.
- Yildirim, C. (2014). Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research CORE. *Computers in Human Behavior*, 130–137.
- Yunalia, E. M., & Etika, A. N. N. (2020). Analisis perilaku agresif pada remaja di sekolah menengah pertama. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 4(1), 38–45. <https://doi.org/10.31101/jhes.1358>

