

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kemajuan peradaban manusia tidak terlepas dari perkembangan teknologi informasi yang terus mengalami perubahan dari waktu ke waktu. Teknologi informasi mencakup berbagai perangkat, sistem, dan infrastruktur yang digunakan untuk mendukung kegiatan pengolahan, penyimpanan, serta penyebaran informasi dalam bentuk digital secara lebih cepat, efektif, dan terintegrasi. (Telkom University Purwokerto, 2025). Kemajuan teknologi informasi berkembang dengan pesat dan semakin kompleks. Berbagai inovasi di bidang ini terus bermunculan, yang tampak dari hadirnya beragam perangkat canggih yang dirancang untuk mendukung kebutuhan dan aktivitas manusia yang mana salah satu contohnya adalah *smartphone*. *Smartphone* merupakan salah satu perangkat komunikasi yang banyak digunakan karena mampu memberikan berbagai kemudahan dan manfaat bagi penggunanya. Perangkat ini didukung oleh teknologi yang semakin berkembang serta beragam fitur yang dapat membantu pengguna dalam menjalankan berbagai aktivitas secara lebih praktis dan efisien.

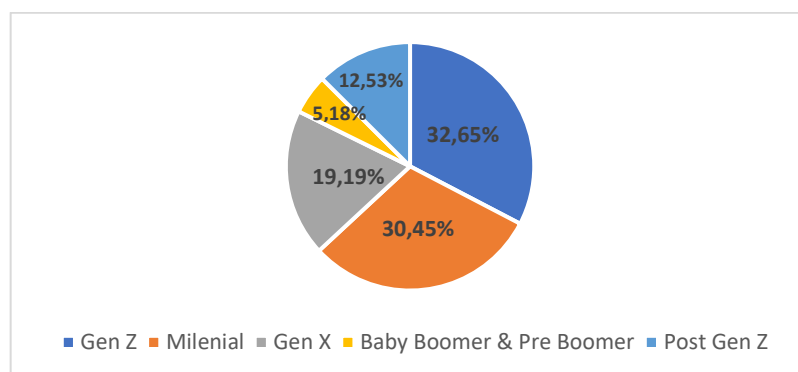
Pada tahun 2025, Kompas.com mempublikasikan pengguna *smartphone* terbesar berada di China dengan 974,69 juta pengguna *smartphone*. Kemudian India berada di posisi kedua dengan 659 juta pengguna *smartphone*. Amerika Serikat menempati posisi ketiga dengan jumlah pengguna *smartphone* mencapai 276,14 juta orang. Sementara itu, Indonesia berada pada peringkat keempat dengan

sekitar 187,7 juta pengguna *smartphone*. Apabila ditinjau berdasarkan provinsi, APJII melaporkan Sumatra Barat mencapai sekitar 76,45% pengguna *smartphone*.

Menurut BPS (2025), Penggunaan *smartphone* di Indonesia mengalami peningkatan secara berkelanjutan dari waktu ke waktu. Pada tahun 2023 terdapat 215 juta jiwa pengguna *smartphone*, pada tahun 2024 terdapat 221 juta pengguna *smartphone*, pada tahun 2025 terdapat 229 juta pengguna *smartphone*. Apabila ditinjau berdasarkan provinsi, APJII melaporkan Sumatra Barat mencapai sekitar 76,45% pengguna *smartphone*. Selanjutnya, menurut data BPS (2024) provinsi Sumatra Barat, ditinjau dari pengguna *smartphone* yang berumur 5 tahun ke atas, Kota Padang berada pada peringkat ke lima dengan 91,73% pengguna *smartphone*.

Salah satu bentuk perkembangan tersebut terlihat dari semakin luasnya akses masyarakat terhadap internet. Berdasarkan data BPS (2025), pengguna internet di Sumatra Barat mencapai 80,47%. Selanjutnya, BPS juga memaparkan data individu yang mengakses internet berdasarkan generasi pada tahun 2025 di Indonesia:

Tabel 1. 1
Pengguna Internet Berdasarkan Generasi



Sumber : BPS, Survei Sosial Nasional, 2025

Berdasarkan data di atas, mayoritas pengguna internet berasal dari kelompok usia muda, terutama Generasi Z (kelahiran 1997-2012) dengan menyumbang 32,65%, kemudian disusul oleh Generasi Milenial (1981-1996) sebesar 30,45%. Kondisi ini menunjukkan bahwa internet menjadi bagian yang cukup dekat dengan kehidupan generasi muda. Selain melihat kelompok pengguna internet berdasarkan generasi, pengguna internet juga dapat dilihat berdasarkan tujuan penggunaannya di Indonesia yang dapat dilihat sebagai berikut :

Gambar 1. 1
Penggunaan Internet Berdasarkan Tujuan



Sumber : BPS, Survei Sosial Nasional, 2025

Berdasarkan data di atas, internet paling banyak digunakan sebagai media hiburan dengan persentase mencapai 87,53%. Selain itu, internet juga banyak digunakan untuk memperoleh informasi sebesar 80,85%, serta mengakses media sosial sebesar 79,65%. Penggunaan internet yang tinggi tersebut juga sejalan dengan tingginya penggunaan media sosial di Indonesia. Berdasarkan laporan

Digital 2026 Indonesia mencatat terdapat 180 juta identitas pengguna media sosial di Indonesia pada tahun 2025, yang setara dengan 62,9% dari total populasi penduduk Indonesia. Selain itu, sebanyak 78,2%% pengguna internet di Indonesia menggunakan setidaknya satu *platform* media sosial. Data tersebut menunjukkan bahwa media sosial menjadi salah satu bagian penting dalam aktivitas digital individu, terutama dalam memperoleh informasi, berkomunikasi, dan mengikuti berbagai aktivitas yang di bagikan orang lain (Data Reportal, 2025)

Gambaran penggunaan media sosial juga terlihat pada mahasiswa di Kota Padang. Penelitian yang dilakukan oleh Saputra (2025) menunjukkan bahwa 97% mahasiswa mengaku sebagai pengguna aktif media sosial. *WhatsApp* menjadi aplikasi yang paling banyak digunakan, yaitu sebesar 96%, sedangkan 87% mahasiswa menggunakan media sosial sebagai sarana komunikasi, selain itu untuk memperoleh informasi dan melakukan interaksi sosial. Selain itu, dari banyaknya fitur *smartphone* dan berbagai manfaatnya ini dapat menimbulkan penggunaan *smartphone* yang bermasalah terutama jika digunakan untuk aktivitas sosial, hiburan, dan komunikasi (Candussi, dkk 2023).

Penelitian yang dilakukan di Kota Padang menemukan bahwa tingkat penggunaan *smartphone* pada mahasiswa lebih dari 90% dengan intensitas penggunaan *smartphone* mencapai 10-13 jam per hari, mahasiswa menggunakan *smartphone* untuk berbagai aktivitas, termasuk komunikasi, kegiatan akademik, hiburan, dan mengakses media sosial. Bahkan, terdapat perubahan pola informasi interaksi sosial mahasiswa, seperti berkurangnya kualitas komunikasi tatap muka dan kurang fokus ketika belajar (Ikhwan, 2023).

Penggunaan *smartphone* yang tinggi untuk kebutuhan akademik, sosial, maupun hiburan meningkatkan risiko ketergantungan. Penelitian yang dilakukan Saeed (2024) menemukan fakta bahwa ketergantungan *smartphone* yang tinggi berkaitan dengan kebutuhan komunikasi, pendidikan, dan interaksi sosial. Permasalahan paling umum yang dihadapi oleh pengguna *smartphone* adalah mengalami kecemasan atau disebut juga dengan *nomophobia*. Pada penelitian yang dilakukan oleh Nguyen, dkk (2022) *nomophobia* merupakan ketakutan atau kecemasan berlebih ketika seseorang tidak bisa mengakses atau menggunakan *smartphone*. Gejala *nomophobia* meliputi kegelisahan, stres, bahkan panik saat berjauhan dari *smartphone*.

Menurut Yildirim dan Correia (dalam Fadhilah, (2021) *nomophobia* merupakan perasaan takut, cemas atau ketidaknyamanan yang disebabkan oleh berada di luar jangkauan *smartphone*, hal tersebut dianggap sebagai *fobia* di era modern. Penelitian empiris yang dilakukan oleh Apriyeni, dkk (2023) mengungkapkan bahwasanya individu yang mengalami *nomophobia* menunjukkan perilaku panik jika *smartphone* tertinggal, merasa cemas jika kehabisan baterai, merasa gelisah ketika tidak mendapatkan sinyal, dan selalu mengecek media sosial untuk mengetahui informasi terbaru. Sejalan dengan penelitian Sadeghi, dkk (2025) menyatakan bahwa orang yang mengalami *nomophobia* terlihat dari perilakunya seperti membawa *power bank* selalu mengecek *smartphone* sebelum tidur, dan langsung mengecek *smartphone* setelah bangun tidur.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Ardiansyah & Fatmasari (2021) rata-rata mahasiswa memiliki gejala *nomophobia* dengan kategori sedang sampai tinggi.

Penelitian tersebut menunjukkan bahwa lebih dari 60% responden merasa cemas ketika tidak membawa *smartphone* dan mengaku kesulitan fokus saat tidak dapat mengakses internet atau media sosial. Tidak hanya di Indonesia, fenomena ini menjadi perhatian dunia. Di berbagai negara seperti India, Malaysia, dan Korea Selatan, prevalensi *nomophobia* di kalangan pelajar cukup tinggi, dengan dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental dan kinerja akademik mahasiswa.

Tidak hanya itu, Nguyen, dkk (2022) juga menunjukkan bahwa *nomophobia* dapat memperburuk gejala depresi di kalangan mahasiswa, terutama jika tidak diimbangi dengan kemampuan pengendalian diri yang baik. Selanjutnya, penelitian Safaria, dkk (2024) menunjukkan penggunaan *smartphone* memediasi hubungan antara disregulasi emosional dan *nomophobia*. Ini berarti bahwa *nomophobia* berkaitan erat dengan ketidakmampuan individu dalam mengatur emosi mereka ketika terpisah dari *smartphone*. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hutapea, dkk (2024) di kota Makasar ditemukan bahwa sebanyak 207 mahasiswa mengalami *nomophobia* pada kategori tinggi. Pada penelitian Mekeama (2023) menunjukkan 66% mahasiswa mengalami *nomophobia* pada kategori sedang. Artinya terdapat kecemasan pada subjek penelitian ketika tidak bisa melakukan komunikasi, hilangnya konektivitas, tidak dapat mengakses informasi, dan hilangnya rasa nyaman saat tidak berada dalam jangkauan *smartphone*.

Berdasarkan pengambilan data awal dengan menggunakan kusioner yang peneliti lakukan kepada 30 orang mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang secara langsung. Hasil data yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 1. 2
Hasil Studi Pendahuluan Kecenderungan *Nomophobia*

No	Pernyataan	Setuju	Tidak Setuju	Total
1	Saya merasa tidak nyaman ketika tidak dapat mengakses informasi secara terus- menerus melalui telepon pintar.	26 86,6%	4 13,33%	100%
2	Ketika telepon pintar tidak disekitar saya, saya akan merasa gelisah karena tidak dapat menerima pesan atau telepon	24 80%	6 20%	100%
3	Ketika telepon pintar tidak disekitar saya, saya akan merasakan keanehan karena tidak tau apa yang harus dilakukan	23 76,67%	7 23,33%	100%
4	Saat tidak ada sinyal atau tidak tersambung <i>wi-fi</i> , maka saya akan mengecek telepon pintar terus- menerus untuk melihat apakah bisa mendapatkan sinyal atau dapat mencari jaringan <i>wi-fi</i>	23 76,67%	7 23,33%	100%
Rata-rata		74,67%	25,33%	100%

Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner kepada 30 responden yang merupakan mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang, diperoleh bahwa 26 dari 30 mahasiswa merasa tidak nyaman ketika tidak dapat mengakses berbagai informasi secara terus-menerus melalui *smartphone*. Selain itu, didapatkan pula 24 dari 30 orang mahasiswa merasa gelisah ketika tidak dapat menerima pesan atau panggilan suara dari *smartphone*. Selanjutnya 23 dari 30 mahasiswa merasa aneh ketika jauh dari *smartphonanya*. Kemudian peneliti juga melakukan wawancara dengan beberapa mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang pada hari Senin, 2 Maret 2026 di Kampus UIN Imam Bonjol Padang.

Wawancara pertama dengan subjek inisial HZ (PR) :

“Kalo sehari tuh pakai HP lumayan lama sih kak, mungkin 10-12 jam. Biasanya buat scroll Tiktok sama buka media sosial. Nah kalo Wifi di kos ilang jaringanya atau HP tuh rasanya kaya gelisah, kesel gitu karna ga bisa buka apa-apa. Nah misal kalo lagi makan tuh masih buka HP kaya nonton film”

Wawancara kedua dengan subjek inisial YH (PR) :

”Aku pakai HP lumayan lama sih, mungkin sekitar 12 jam sehari. Soalnya hampir setiap waktu pasti pegang HP, apalagi kalau lagi santai atau nggap ada kegiatan, biasanya aku lebih sering buka Tiktok, WhatsApp, sama Youtube. Nah, kalo sebelum tidur tuh aku hampir selalu buka HP dulu. Biasanya Scroll Tiktok, niatnya Cuma sebentar, tapi malah keterusan sampai malam banget, bahkan pernah sampai subuh scroll Tiktok. Kalau lagi keluar rumah terus ga ada paket internet itu rasanya enggak enak aja, jadi gelisah, mana tahu nanti orang tua atau teman ada kabar penting. Terus kalo kuliah sampe sore atau keluar pergi main, aku juga bawa powerbank, takut HP nya mati”

Wawancara ketiga dengan subjek inisial MZ (LK) :

“Sekarang saya lagi sibuk skripsi, kadang kalo lagi jenuh sama skripsi, HP jadi hiburan kaya liat Tiktok, Wa, sama main game Mobile Legend juga. Terus kadang kalo lagi main game terus jaringanya jelek tuh kesel. Nah, HP juga bisa bantu ngerjain skripsi, tugas, juga buat saya”

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap tiga subjek, diperoleh gambaran penggunaan *smartphone* telah menjadi bagian penting dalam aktivitas sehari-hari. Intensitas penggunaan yang mencapai 10-12 jam per hari menunjukkan adanya keterikatan yang cukup kuat terhadap perangkat tersebut. *Smartphone* tidak hanya dimanfaatkan untuk berkomunikasi dan mencari informasi akademik, tetapi juga sebagai media hiburan, pengisi waktu luang, serta sarana untuk mengurangi kejenuhan.

Kemudian subjek menunjukkan adanya reaksi emosional seperti gelisah, kesal, dan tidak nyaman ketika koneksi internet terputus, baterai habis, atau ketika tidak dapat mengakses informasi. Bahkan, terdapat kebiasaan membawa power bank ke manapun, menggunakan *smartphone* saat makan maupun saat pembelajaran berlangsung, serta kesulitan tidur tanpa terlebih dahulu memeriksa media sosial. Fenomena ini menunjukkan bahwa perilaku tersebut mengarah pada

munculnya kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang.

Selain itu, konteks kehidupan sosial digital saat ini, terdapat kecenderungan individu untuk selalu ingin mengetahui perkembangan terbaru serta menjaga keterhubungan dengan lingkungan sosialnya melalui *smartphone*. Dorongan untuk tidak tertinggal informasi maupun pengalaman sosial tersebut mengarah pada adanya indikasi FOMO, yang secara teoritis dapat memperkuat ketergantungan terhadap *smartphone* dan berkontribusi terhadap munculnya *nomophobia*.

Berbagai penelitian empiris menunjukkan bahwa FOMO tidak hanya berkaitan dengan *nomophobia* secara korelatif, tetapi dapat menjadi salah satu faktor penyebab meningkatnya kecenderungan *nomophobia*. Penelitian Arief & Kumala, (2024) menemukan bahwa mahasiswa dengan FOMO tinggi memiliki risiko lebih besar mengalami *nomophobia* karena kebiasaan sering memeriksa *smartphone* untuk tidak ketinggalan informasi terbaru.

Menurut Przybylski, dkk (2013) FOMO merupakan kecemasan yang dirasakan seseorang bahwa mereka akan kehilangan momen spesial orang atau kelompok lain jika ia tidak dapat hadir di dalamnya. Menurut Grohol (dalam Ramadhan & Yusra, 2023) FOMO merupakan perasaan takut atau khawatir tentang tertinggal informasi terbaru mengenai suatu peristiwa, tren, atau aktivitas yang terjadi, terutama yang berkaitan dengan individu atau kelompok yang diikuti. Kondisi ini sering diidentikkan dengan istilah “kudet” atau kurang mendapatkan pembaruan informasi. *FOMO* dipandang sebagai bentuk kecanduan baru dalam konteks penggunaan media digital.

Menurut Lotulung, dkk (2025) ketakutan akan ketinggalan informasi (*FOMO*) dapat menjadi pemicu *nomophobia* karena individu yang memiliki *FOMO* cenderung menggunakan *smartphone* secara intensif untuk mencari informasi dan memantau aktivitas orang lain, sehingga meningkatkan ketergantungan terhadap perangkat tersebut dan menghasilkan kecemasan ketika terpisah darinya.

Penelitian Penelitian yang dilakukan oleh Arief & Kumala (2024) menunjukkan terdapat hubungan positif antara *FOMO* dan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa di Banda Aceh, yang berarti semakin tinggi perasaan takut tertinggal informasi atau ketidakmampuan untuk selalu terhubung secara *online*, maka semakin tinggi mahasiswa untuk mengalami *nomophobia*.

Penelitian lain oleh Penelitian Ramadhan & Yusra (2023) menunjukkan bahwa *FOMO* berkontribusi secara signifikan terhadap tingkat *nomophobia*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi rasa takut tertinggal informasi, maka semakin tinggi kecenderungan mereka untuk mengalami ketidaknyamanan dan cemas ketika tidak dapat mengakses *smartphone* (*nomophobia*). Temuan ini mengindikasikan bahwa *FOMO* berperan sebagai faktor yang dapat meningkatkan risiko munculnya kecemasan berlebihan ketika jauh dari *smartphone*.

Berdasarkan pengambilan data awal dengan menggunakan kusioner yang peneliti lakukan kepada 30 orang mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang secara langsung. Hasil data yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 1. 3
Hasil Studi Pendahuluan *Fear of Missing Out*

No	Pernyataan	Setuju	Tidak Setuju	Total
1	Saya merasa gelisah apabila orang lain memiliki pengalaman berharga melebihi saya	26 86,6%	4 13,33%	100%
2	Saya merasa kurang puas dengan diri saya setelah melihat aktivitas orang lain.	24 80%	6 20%	100%
3	Ketika pergi liburan, saya tetap ingin mengetahui apa yang teman-teman saya sedang lakukan melalui media sosial (<i>stalking</i>)	23 76,67%	7 23,33%	100%
4	Saya merasa cemas ketika tidak mengetahui apa yang teman-teman saya lakukan	23 76,67%	7 23,33%	100%
Rata-rata		74,67%	25,33%	100%

Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner kepada 30 responden yang merupakan mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang didapatkan bahwa 26 dari 30 mahasiswa merasa gelisah apabila orang lain memiliki pengalaman berharga. Kemudian, 24 dari 30 mahasiswa merasa pengalaman hidup mereka kurang menarik dibandingkan orang lain. Kemudian, 23 dari 30 mahasiswa tetap ingin mengetahui aktivitas temanya ketika sedang berlibur. Kemudian, peneliti juga melakukan wawancara terhadap beberapa mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang pada hari Senin, 2 Maret 2026 di Kampus UIN Imam Bonjol Padang.

Wawancara pertama dengan subjek inisial HZ (PR) :

“Kalo ngelihat teman-teman lagi liburan ke tempat yang bagus terus mereka posting di media sosial, rasanya kaya pengen ikut atau setidaknya datang ke tempat itu juga. Aku juga pernah nge lihat postingan teman-temanku, akhirnya ikut datang ke tempat yang sama. Aku ngerasa pengalaman orang lain tuh kelihatan lebih seru dibanding yang aku alami.

Wawancara kedua dengan subjek inisial YH (PR) :

“Kalo teman-teman aku lagi ada momen bareng tapi aku ngga ikut, biasanya rasanya agak engga enak sih. Kaya ngerasa ketinggalan aja dari mereka. Terus aku juga sering datang ke tempat-tempat yang aku lihat di media sosial. Soalnya kadang tempatnya kelihatan bagus, instagramable, lucu. Terus aku selalu sosial media, kalo engga buka rasanya agak gelisah, takut ketinggalan hal-hal yang lagi viral”

Wawancara ketiga dengan subjek inisial PW (PR) :

“Aku orangnya lumayan aktif sih kalau soal pertemanan. Biasanya juga senang ikut kegiatan atau ngumpul bareng teman-teman. Aku sering tahu informasi tentang acara, tempat nongkrong, atau tren dari media sosial. Nah kalo temen-temen aku lagi pergi ke suatu tempat tapi aku engga ikut, kadang jadi pengen ikut juga. Soalnya engga mau ketinggalan atau dianggap engga update sama yang lagi ramai dibicarakan”

Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan, diperoleh gambaran adanya kecenderungan FOMO yang ditandai dengan dorongan kuat untuk selalu terlibat dalam aktivitas sosial di lingkungan pertemanan. Terdapat kebutuhan untuk mengikuti tren, menghadiri kegiatan yang sedang ramai, serta mengetahui pengalaman yang ditandai teman-teman agar tetap merasa menjadi bagian dari kelompok sosial dan terhubung. Ketika tidak dapat mengikuti suatu kegiatan, muncul kecenderungan untuk memantau media sosial guna mengetahui aktivitas tersebut serta adanya rasa kurang nyaman apabila tidak memahami topik yang sedang dibicarakan. Dorongan untuk terus memperoleh informasi tersebut dapat membuat individu lebih sering memantau dan menggunakan *smartphone* agar tetap terhubung. Kondisi ini kemudian menjadi dasar bagi peneliti untuk mengkaji lebih lanjut mengenai hubungan FOMO dengan kecenderungan *nomophobia*.

Manusia diberi anugerah untuk merasakan berbagai emosi oleh Allah SWT, termasuk ketakutan dan kecemasan. Di dalam Al-Qur'an mengajarkan agar

manusia menjauhi perilaku seperti *nomophobia* dan FOMO. Sikap merasa khawatir atau takut tertinggal ketika tidak dapat mengikuti suatu tren dapat menimbulkan kecemasan bahkan kegelisahan dalam diri. Ketidakmampuan mengikuti apa yang dimiliki atau dilakukan orang lain juga dapat memunculkan rasa gelisah, khawatir, dan perasaan tidak nyaman. Sebagaimana dijelaskan oleh Allah SWT dalam Al-Qur'an surah Al-Baqarah ayat 155 :

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ۝١٥٥

Artinya : “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar” (QS. Al-Baqarah: 155)

Pada ayat ini, dalam tafsir Al- Misbah, Allah mengisyaratkan kepada manusia yang akan menghadapi sedikit cobaan dengan membuat mereka takut atau khawatir tentang hal-hal duniawi seperti kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Menurut Quraish Shihab dalam tafsirnya Al- Misbah menjelaskan bahwa turunya ayat ini adalah suatu kenikmatan bagi manusia, karena dengan mengetahui bahwa ada cobaan yang berupa ketakutan akan hal-hal duniawi, manusia dapat mempersiapkan diri untuk menghindari hal-hal yang dapat membuat mereka takut atau khawatir (Shihab, 2002)

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan, dapat diketahui bahwa kecenderungan *nomophobia* dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah FOMO. FOMO merupakan kondisi ketika individu merasa khawatir tertinggal informasi, aktivitas, maupun pengalaman yang sedang dialami oleh orang lain. Kondisi tersebut dapat mendorong individu untuk terus memantau informasi melalui *smartphone* agar tetap terhubung dengan lingkungan sosialnya. Dorongan

untuk selalui terhubung tersebut kemudian dapat berkaitan dengan munculnya ketidaknyamanan ketika *smartphone* tidak dapat digunakan atau tidak berada di dekat individu. Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti merasa perlu untuk mengkaji lebih jauh apakah terdapat hubungan antara FOMO dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena dan latar belakang masalah yang sudah dipaparkan, maka didapatkan rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan FOMO dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang?”

C. Batasan Masalah

Batasan masalah merupakan cara yang biasa digunakan untuk menghindari terjadinya pelebaran pada pokok bahasan dalam penelitian yang dilakukan supaya penelitian dapat berjalan secara sistematis. Adapun batasan dalam penelitian ini adalah :

1. Apa kategori FOMO pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang?
2. Apa kategori kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang?
3. Apakah ada hubungan FOMO dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dilakukanya penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui kategori FOMO pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang.

2. Untuk mengetahui kategori kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang.
3. Untuk mengetahui apakah ada hubungan FOMO dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat kepada pihak-pihak terkait, baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan menambah informasi serta pengembangan ilmu psikologi sosial pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang, khususnya yang terkait dengan FOMO dan kecenderungan *nomophobia*. Serta, penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian yang akan datang.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat lebih menyadari dan mengelola penggunaan *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dorongan untuk selalu mengikuti informasi, aktivitas, maupun perkembangan terbaru di lingkungan sekitarnya. Mahasiswa dapat mengatur waktu penggunaan *smartphone* sesuai dengan kebutuhan, menghindari penggunaan yang tidak diperlukan, serta memberikan jeda dalam penggunaan *smartphone* ketika sedang menjalankan kegiatan akademik maupun aktivitas lainnya.

b. Bagi pendidikan

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan kontribusi dalam bidang pendidikan serta menjadi referensi bagi tenaga pendidik untuk memahami lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang menyebabkan siswa memiliki kecenderungan perilaku *nomophobia*.

F. Sistematika Penelitian

- BAB I : Pendahuluan yang terdiri dari latar belakang, identifikasi masalah, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, dan sistematika penulisan.
- BAB II Tinjauan pustaka, membahas tentang landasan teori yang berkaitan dengan variabel yang ingin diteliti yaitu hubungan FOMO dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang.
- BAB III Metodologi penelitian membahas tentang model rancangan penelitian, variabel penelitian, definisi operasional, subjek penelitian, metode pengumpulan data, dan teknik analisis data.
- BAB IV Pembahasan, bab ini memuat hasil penelitian dan pembahasan yang terdiri dari persiapan penelitian, pelaksanaan penelitian, deskripsi data penelitian, serta hasil penelitian yang meliputi hubungan FOMO dengan kecenderungan *nomophobia*, serta instrumen penelitian.

BAB V

Penutup, bab ini berisi kesimpulan dari penelitian yang dilakukan oleh penulis. Selain itu, bab ini juga memuat saran-saran untuk pengembangan penulisan karya ilmiah di masa mendatang.

