



SKRIPSI

**HUBUNGAN *SELF-CONTROL* DENGAN *NOMOPHOBIA*
PADA MAHASISWA PROGRAM S1 KEPERAWATAN
DI STIK STELLA MARIS MAKASSAR**

PENELITIAN NON-EKSPERIMENTAL

OLEH:

YASINTA PATRISIA GERTRUDIS (C1614201095)

YUSLINDASARI (C1614201097)

**PROGRAM SARJANA KEPERAWATAN DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STELLA MARIS
MAKASSAR
2020**



SKRIPSI

**HUBUNGAN *SELF-CONTROL* DENGAN *NOMOPHOBIA*
PADA MAHASISWA PROGRAM S1 KEPERAWATAN
DI STIK STELLA MARIS MAKASSAR**

PENELITIAN NON-EKSPERIMENTAL

**Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar**

OLEH:

YASINTA PATRISIA GERTRUDIS (C1614201095)

YUSLINDASARI (C1614201097)

**PROGRAM SARJANA KEPERAWATAN DAN NERS
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN STELLA MARIS
MAKASSAR
2020**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yasinta Patrisia Gertrudis (C1614201095)

Yuslindasari (C1614201097)

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi ini merupakan karya kami sendiri dan bukan duplikasi ataupun plagiasi (jiplakan) dari hasil penelitian orang lain.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, Maret 2020

Yang menyatakan,



Yasinta Patrisia Gertrudis



Yuslindasari

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN *SELF-CONTROL* DENGAN *NOMOPHOBIA*
PADA MAHASISWA PROGRAM S1 KEPERAWATAN
DI STIK STELLA MARIS MAKASSAR**

YASINTA PATRISIA GERTRUDIS (C1614201095)

YUSLINDASARI (C1614201097)

Disetujui oleh :

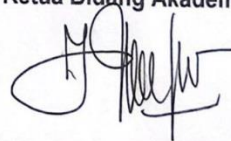
Pembimbing



(Fr. Blasius Perand, CMM.,SS.,Ma.Psy)

NIDN.0923068102

Wakil Ketua Bidang Akademik



(Henny Pongantung, Ns.,MSN.,DN.Sc)

NIDN.0912106501

HALAMAN PENGESAHAN


SKRIPSI

**HUBUNGAN SELF-CONTROL DENGAN NOMOPHOBIA PADA
MAHASISWA PROGRAM S1 KEPERAWATAN DI STIK
STELLA MARIS MAKASSAR**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

**YASINTA PATRISIA GERTRUDIS (C1614201095)
YUSLINDASARI (C1614201097)**

Telah dibimbing dan disetujui oleh:



**(Fr. Blasius Perang, CMM.SS.Ma.Psy)
NIDN: 0923068102**

Telah Diuji dan Dipertahankan Di Hadapan Dewan Penguji Pada Tanggal 04 April
2020 dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

Susunan Dewan Penguji

Penguji I



**(Asrijal Bakri, S.Kep.,Ns.,M.Kes)
NIDN: 0918087701**

Penguji II



**(Sr. Anita Sampe, SJMJ., S.Kep.,Ns.,MAN)
NIDN: 0917107402**

Makassar, 04 April 2020

Program Sarjana Keperawatan dan Ners
Ketua STIK Stella Maris Makassar



**(Siprianus Abdu, S.Si.Ns.,M.Kes)
NIDN: 0928027101**

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama: 1. Yasinta Patrisia Gertrudis (C1614201095)

2. Yuslindasari (C1614201097)

Menyatakan menyetujui dan memberi wewenang kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat dan mempublikasikan skripsi ini untuk kepentingan ilmu pengetahuan.

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya.

Makassar, Maret 2020

Yang menyatakan,



Yasinta Patrisia Gertrudis



Yuslindasari

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan *Self-Control* Dengan *Nomophobia* Pada Mahasiswa Program S1 Keperawatan Di STIK Stella Maris Makassar”**.

Penulisan skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu tugas akhir bagi kelulusan mahasiswa/mahasiswi STIK Stella Maris Makassar Program S1 Keperawatan dan memperoleh gelar sarjana keperawatan di STIK Stella Maris Makassar.

Dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan, pengarahan, dan bimbingan serta motivasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Siprianus Abdu, S.Si.,S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku ketua STIK Stella Maris yang telah memberikan dukungan, ilmu dan moral kepada penulis hingga saat ini.
2. Henny Pongantung, S.Kep,Ns.,MSN selaku Wakil Ketua Bidang Akademik STIK Stella Maris Makassar.
3. Fr.Blasius Perang, CMM.,SS.,Ma.Psy selaku Wakil Ketua Bidang Kemahasiswaan dan selaku pembimbing yang telah membimbing kami dalam penyusunan skripsi.
4. Fransiska Anita, Ns.,M.Kep.,Sp,KMB selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan STIK Stella Maris Makassar.
5. Asrijal Bakri, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku dosen penguji I yang telah memberikan arahan, masukan, pengawasan, dan saran bagi penulis untuk kesempurnaan penulisan skripsi ini.
6. Sr. Anita Sampe, SJMJ., Ns., MAN selaku dosen penguji II yang telah memberikan arahan, masukan, pengawasan, dan saran bagi penulis untuk kesempurnaan penulisan skripsi ini.
7. Segenap dosen dan staf pegawai STIK Stella Maris yang telah mendidik dan memberi pengarahan kepada penulis.

8. Orang tua saudari Yasinta Patrisia Gertrudis (Tobias Tappi dan Yunita Umi), kakak serta keluarga yang senantiasa mendoakan, memberikan semangat, dukungan serta bantuan material sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
9. Orang tua saudari Yuslindasari dan keluarga yang senantiasa mendoakan, memberikan semangat, dukungan serta bantuan material sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Seluruh sahabat-sahabat seperjuangan di STIK Stella Maris Makassar angkatan 2016, khususnya kelas B tingkat IV S1 Keperawatan atas kebersamaan, dukungan dan bantuannya selama ini.

Akhir kata, kami menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Kami mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun agar kami bisa melaksanakan penelitian.

Makassar, Maret 2020

Penulis

ABSTRAK

HUBUNGAN *SELF-CONTROL* DENGAN *NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA PROGRAM S1 KEPERAWATAN DI STIK STELLA MARIS MAKASSAR (Dibimbing oleh Fr. Blasius Perang)

YASINTA PATRISIA GERTRUDIS
YUSLINDASARI
PROGRAM STUDI SARJANA DAN NERS
STIK STELLA MARIS - MAKASSAR

Nomophobia (*no mobile phone phobia*) adalah kecemasan atau ketergantungan dalam diri seseorang apabila berjauhan dengan *smartphone*. Ketergantungan pada *smartphone* ini menyebabkan kurangnya interaksi sosial antar sesama. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat *nomophobia* yaitu faktor internal (*self-control*). *Self-control* merupakan kemampuan untuk mengatur tingkah laku yang dapat memberikan dampak positif khususnya dalam penggunaan *smartphone*. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara *self-control* dengan *nomophobia* pada mahasiswa program S1 keperawatan di STIK Stella Maris Makassar. Jenis penelitian ini adalah penelitian *non eksperimental observasional analitik* dengan pendekatan *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa tingkat I, II, III di Stik Stella Maris Makassar dan teknik pengambilan sampel yaitu *probability sampling* dengan pendekatan *propotional stratified random sampling* dengan jumlah sampel dalam penelitian 184 responden. Instrument yang digunakan adalah kuesioner yang terdiri dari *self-control* sebanyak 30 pernyataan dan *nomophobia* sebanyak 20 pernyataan. Data yang diperoleh kemudian diolah dengan menggunakan SPSS (*Statistical Package For Social Science*) versi 22 windows. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Non-Parametrik chi square* dengan nilai kemaknaan $\alpha=0,05$. Hasil penelitian dimana nilai $p=0,001$, hal ini menunjukkan bahwa nilai $p<\alpha$ artinya bahwa ada hubungan antara *self-control* dengan *nomophobia* pada mahasiswa program S1 keperawatan di STIK Stella Maris Makassar.

Kata kunci : *nomophobia, self-control, smartphone*
Kepustakaan: 58 (2000-2018)

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONTROL WITH NOMOPHOBIA IN THE NURSING STUDENTS OF STIK STELLA MARIS MAKKASAR

(Advised by Fr. Blasius Perang)

**YASINTA PATRISIA GERTRUDIS
YUSLINDASARI
BACHELOR PROGRAM OF NURSING OF STIK STELLA MARIS**

Nomophobia (no mobile phone phobia) is an anxiety or dependence on a person when far apart from a smartphone. Dependence on this smartphone causes a lack of social interaction from other people. One of internal factors that can affect the level of nomophobia. Self-control is the ability to regulate behavior that can have a positive impact, especially in using of a smartphone. The aim of this study was to explore the relationship between self-control with nomophobia in nursing student at STIK Stella Maris Makassar. This type of research in a non-experimental, observational analytic study with a cross sectional study approach. The population in the study was the students' level I, II, III at the STIK Stella Maris Makassar and applied a probability sampling with a proportional stratified random sampling approach with a total sample of 184 respondents. The instrument used was a questionnaire consisting self-control of 30 statements and nomophobia of 20 statements. The statistical test applied a non-parametric chi square test with a significance value $\alpha=0,05$. The result of the study where the value of $p=0,001$, this showed that the value of $p<\alpha$ means that there was a relationship between self-control with nomophobia in nursing students at STIK Stella Maris Makassar.

Key words: nomophobia, self-control, smartphone
Bibliography: 58 (2000-2018)

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALISASI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1 : PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan Umum	6
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
1. Bagi Mahasiswa	7
2. Bagi Kampus.....	7
3. Bagi Penguji	7
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Tinjauan Umum tentang <i>Nomophobia (No Mobile Phone Phobia)</i>	8
1. Definisi <i>Nomophobia</i>	8
2. Karakteristik <i>Nomophobia</i>	9
3. Aspek-Aspek <i>Nomophobia</i>	10
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Nomophobia</i>	11

5. Fenomena <i>Nomophobia</i> Dikalangan Orang Muda Milenial.....	12
B. Tinjauan Umum Kontrol Diri (<i>Self-Control</i>).....	13
1. Definisi Kontrol Diri	13
2. Jenis-Jenis Kontrol Diri.....	14
3. Aspek-Aspek Kontrol Diri	15
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri	16
5. Cara Mengembangkan Kemampuan Kontrol Diri	17
6. Kontrol Diri Pada Mahasiswa	18
C. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan <i>Nomophobia</i>	19
BAB III : KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS.....	21
A. Kerangka Konseptual	21
B. Hipotesis Penelitian	22
C. Definisi Operasional	23
BAB IV : METODE PENELITIAN	25
A. Jenis Penelitian	25
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	25
C. Populasi Dan Sampel	25
D. Instrumen Penelitian.....	27
E. Pengumpulan Data.....	30
F. Pengolahan Dan Penyajian Data.....	31
G. Analisa Data	31
BAB V : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	33
A. Hasil Penelitian.....	33
B. Pembahasan	38
BAB VI : PENUTUP.....	44
A. Kesimpulan	44
B. Saran.....	44

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Table 3.1 Definisi Operasional	23
Table 4.1 Sebaran Nomor Item <i>Nomophobia Questionnaire (NMP-Q)</i>	28
Table 4.2 Sebaran Nomor Item <i>Self-Control</i>	29
Table 5.1 Distribusi responden berdasarkan kelompok tingkat pada mahasiswa keperawatan STIK Stella Maris Makassar	34
Table 5.2 Distribusi responden berdasarkan kelompok umur pada mahasiswa keperawatan STIK Stella Maris Makassar	35
Table 5.3 Distribusi frekuensi berdasarkan kelompok jenis kelamin pada mahasiswa keperawatan STIK Stella Maris Makassar	35
Table 5.4 Distribusi frekuensi berdasarkan <i>self-control</i> pada mahasiswa keperawatan STIK Stella Maris Makassar	36
Table 5.5 Distribusi frekuensi berdasarkan tingkat <i>nomophobia</i> pada mahasiswa keperawatan STIK Stella Maris Makassar	36
Table 5.6 Analisa hubungan <i>self-control</i> dengan <i>nomophobia</i> pada mahasiswa keperawatan STIK Stella Maris Makassar	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konsep	22
----------------------------------	----

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH

$< / >$: Kurang dari atau lebih kecil
\geq	: Lebih dari atau sama dengan
APJII	: Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia
CBT	: Cognitive Behavioral Therapy
D	: Taraf signifikan yang dipilih (5% = 0.05)
Dependen	: Variabel terikat
Ha	: Hipotesis alternatif
Ho	: Hipotesis nol
Independen	: Variabel bebas
n	: Besar sampel secara keseluruhan
N	: Besar sampel secara keseluruhan
N	: Perkiraan jumlah populasi
n	: Perkiraan jumlah sampel
N_1	: Besar populasi pada masing-masing tingkat
n_i	: Besar sampel pada masing-masing tingkat (i= I, II, III)
<i>Nomophobia</i>	: No Mobile Phone Phobia
p	: Nilai signifikan
P	: Perkiraan proporsi (0.5)
SPSS	: Statistic Product and Service Solutions
STIK	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
SDM	: Seven Days Magic
Z	: Nilai standar normal untuk α (1.96)
α	: Nilai kemaknaan

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2 : Lembar Konsul
- Lampiran 3 : Surat Permohonan Izin Meneliti
- Lampiran 4 : Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 5 : Lembar Kuesioner Penelitian
- Lampiran 6 : Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 7 : Master Table
- Lampiran 8 : Output SPSS

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dewasa ini semua orang dihadapkan pada berbagai tantangan dan peluang untuk dapat bergerak lebih dinamik dalam segala hal. Hal tersebut berbanding simetrik dengan globalisasi yang merambah berbagai lini kehidupan. Globalisasi berdampak sangat besar bagi masyarakat terutama dalam dunia bisnis, komunikasi dan teknologi yang memerlukan informasi untuk mengetahui perkembangan yang ada di dunia pada era revolusi *four point zero* (4.0) Suwardana (2017). Seiring perkembangan teknologi digital, kini *handphone* tidak lagi digunakan sebagai alat untuk berkomunikasi melalui panggilan dan pesan singkat saja, namun lebih dari itu, kemajuan teknologi digital ini telah melahirkan berbagai *brand smartphone* yang multifungsi.

Komunikasi dengan menggunakan media elektronik/perangkat gadget pada saat ini menjadi kebutuhan utama bagi seluruh lapisan masyarakat, terutama komunikasi yang bersifat instan dan mudah dijangkau seperti penggunaan *smartphone*. *Smartphone* ini merupakan pembaruan dari *handphone* (HP) atau yang biasa disebut dengan telepon genggam dimana *smartphone* lebih memudahkan kompatibel dan portabel untuk berkomunikasi. *Smartphone* ini merupakan salah satu media komunikasi yang memberikan banyak manfaat bagi pengguna karena kecanggihannya yang efektif dan efisien yang dapat digunakan kapan saja dan dimana saja sejauh bisa diakses. *Smartphone* dapat berfungsi sebagai alat berkomunikasi atau berinteraksi yang dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi penggunanya. Hampir semua penduduk Indonesia memiliki *smartphone* baik masyarakat perkotaan maupun pedesaan baik yang berpenghasilan tinggi maupun rendah. Hal ini didukung oleh *survey APJII (2018)* mengatakan bahwa kawasan urban (perkotaan) mengakses internet sebesar 74,1% dan untuk kawasan rural (pedesaan) sebesar 61,4%.

Laporan hasil survey oleh APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) pada tahun 2018 tentang penetrasi pengguna internet yakni 171,17 juta jiwa dari total populasi penduduk Indonesia 264,16 juta orang, dimana

untuk wilayah Sulawesi-Maluku-Papua sebesar 10,9% dan untuk provinsi Sulawesi Selatan sebesar 3,7%. Penetrasi untuk pengguna internet berdasarkan umur yakni usia remaja 15-19 tahun 91% dan 20-24 tahun 88,5%. Alasan paling utama menggunakan internet berdasarkan hasil survey adalah komunikasi lewat pesan 24,7% dan alasan kedua adalah sosial media 19,1% untuk waktu yang digunakan dalam mengakses internet > 8 jam sebesar 19,6% >3 jam sebesar 14,1% APJII (2018).

Internet merupakan hal yang sangat penting digunakan selain untuk *browsing* atau berselancar dapat juga digunakan untuk berkomunikasi. Menurut Rohim (2016) komunikasi adalah proses yang disengaja untuk menyampaikan informasi untuk mendapatkan respon dari orang lain demi memenuhi kebutuhan. Internet merupakan salah satu media komunikasi yang sekarang ini banyak digemari oleh remaja. Internet menjadi suatu kegemaran tersendiri bagi remaja khususnya pada mahasiswa dalam mencari informasi terbaru dan untuk berkomunikasi atau menjalin hubungan dengan orang lain di berbagai tempat. Selain itu, berbagai aplikasi yang tersedia dalam *smartphone* yang dapat memudahkan seseorang untuk berdiskusi dengan teman melalui grup. Perangkat digital yang paling banyak digunakan di kalangan mahasiswa yakni *smartphone* sebesar 77% karena dipandang sebagai perangkat yang ringan dan simpel untuk dibawa, selain itu juga banyak industri yang menawarkan beragam *smartphone* dengan harga yang terjangkau Soliha (2015).

Namun, penerapan penggunaan *smartphone* yang berlebihan pada sebagian orang khususnya pada remaja atau mahasiswa justru dapat memberikan dampak yang negatif. Syamsoedin, Bidjuni, & Wowiling (2015) dalam studinya mengatakan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat menyebabkan *insomnia* atau kesulitan untuk tidur dan dapat pula membuat seseorang menjadi cemas sebagai akibat kecanduan atau ketergantungan dengan *smartphone*. Hasil studi lain mengatakan bahwa remaja yang mengalami *insomnia* ringan 71% dan *insomnia* berat sebesar 29% menurut Ahmed, Pokhrel, Roy, & Samuel (2019). Hal tersebut juga berakibat pada kecanduan yang menyebabkan pada depresi, kecemasan dan gangguan pada prestasi akademik.

Kemajuan teknologi sekarang menimbulkan penyakit baru pada semua kalangan masyarakat baik dari kalangan anak-anak. Hasil survey APJII (2018) persentase penggunaan *smartphone* untuk anak usia 2-3 tahun sebesar 13,8%, usia 5-6 tahun sebesar 10,7%, usia 7-8 tahun sebesar 19,5%, remaja, dan dewasa yang terlalu mementingkan atau mendahulukan barang elektronik yang lebih sering disebut *smartphone* ini. Dengan *smartphone* semua menjadi lebih mudah, misalnya dikalangan mahasiswa dapat dilihat bahwa dalam mengerjakan tugas kebanyakan mahasiswa hanya menggunakan *smartphone* dan tidak jarang dari mereka hanya meng-copy paste dari internet. Hal yang sering terjadi ketika mahasiswa tidak menggunakan *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari adalah perasaan cemas. Hal ini dapat mengganggu keadaan psikologis seseorang yang menyebabkan individu akan merasa kehilangan sesuatu dalam hidupnya.

Oleh karena itu kecanduan atau ketergantungan pada *smartphone* ini dapat berakibat pada kesepian, cemas dan gelisah pada individu apabila tidak memegang *smartphone* yang disebut dengan *Nomophobia*. Menurut King, Valença, & Nardi (2010) mengatakan bahwa *Nomophobia (No Mobile Phone Phobia)* merupakan kecemasan yang dirasakan pengguna ketika berada jauh dari *smartphone* yang dimiliki. Istilah ini pertama kali diperkenalkan oleh peneliti di Inggris pada tahun 2008 lalu dikembangkan oleh SecurEnvoy pada tahun 2012 yang mengungkapkan bahwa remaja dengan rentan usia 18-24 tahun sebanyak 77% lebih rentan mengalami *nomophobia*. Menurut Kandell dalam Soliha (2015) bahwa mahasiswa adalah kelompok yang terlibat rentan dalam ketergantungan internet dibandingkan dengan kelompok masyarakat yang lainnya, Karena pada fase ini mahasiswa sedang dalam suatu proses yang disebut *emerging adulthood* yaitu masa peralihan dari remaja akhir menuju dewasa muda untuk membentuk identitas diri dan membangun hubungan interpersonal dengan orang lain. Hal ini sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Pavithra MB, Suwarna Madhukumar (2015) yang mengatakan bahwa *nomophobia* banyak terjadi pada kalangan generasi muda. Karakteristik *nomophobia* dapat dilihat yakni seperti kecemasan, kegelisahan, dimana seseorang lebih banyak menghabiskan waktunya untuk bermain *gadget* dari pada melakukan suatu kreatifitas/aktifitas lain, selalu

membawa charger, stress apabila kehabisan kuota atau baterai, lebih menyukai berkomunikasi melalui media sosial dari pada berkomunikasi langsung.

Individu yang mengalami *nomophobia* dapat melihat dan memeriksa telepon genggamnya secara terus-menerus, Serta kadang tidak memperhatikan bagaimana lingkungan disekitarnya. Pada saat individu tersebut kehilangan telepon genggam, maka individu tersebut akan merasa seperti cemas dan merasa ketakutan berjauhan dengan telepon genggam, begitu juga dengan reaksi apabila telepon genggam tertinggal pada suatu tempat saat sedang melaksanakan aktivitas atau kegiatan penting dapat membuat seseorang menjadi stress. *Nomophobia* dapat dilihat dari empat item yakni ketidakmampuan seseorang untuk berkomunikasi dengan orang lain apabila tidak menggunakan *smartphone*, merasa stress apabila kehilangan koneksi internet, tidak mampu untuk mencari informasi sendiri hanya bergantung pada internet, merasa diri bahwa segala sesuatunya dapat diperoleh dengan *smartphone* hal ini menurut Yildirim (2014).

Pada dasarnya setiap individu memiliki sikap yang berbeda-beda untuk menyikapi hal tersebut, karena setiap individu memiliki kontrol diri yang berbeda-beda pula. Berdasarkan pengamatan peneliti bahwa perempuan lebih cenderung ketergantungan menggunakan *smartphone* dan lebih eksis di media sosial. Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Soliha (2015) menunjukkan bahwa mayoritas pengguna media sosial adalah perempuan dengan jumlah persentase sebesar 56% sedangkan laki-laki sebesar 44%. Mereka yang berada pada usia 21-23 tahun yakni sebesar 54% dan rentang usia 18-20 tahun yakni 35%. Lebih lanjut Jiang & Zhao (2016) mengatakan bahwa perempuan lebih cenderung menunjukkan ketergantungan ponsel dari pada laki-laki, dimana untuk mereka yang memiliki kontrol diri yang baik dapat menggunakan *smartphone* untuk pencarian informasi. Kontrol diri yang kurang baik dapat memberikan dampak yang negatif pada penggunaannya. Individu dengan kontrol diri rendah dalam penggunaan *smartphone* yang berlebihan akan mudah mengalami kecenderungan *nomophobia* dari pada individu yang

memiliki kontrol diri yang tinggi yang mampu mengarahkan perilaku terlebih dalam penggunaan *smartphone* Yuwanto (2010).

Kontrol diri dapat juga diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Menurut Borba dalam Indah Haryani & Jhon Herwanto (2014) berpendapat bahwa kontrol diri dapat menyadarkan individu akan konsekuensi bahaya atas tindakan yang dilakukan sehingga dapat mengontrol emosi. Individu dengan kontrol diri yang tinggi mampu memaknai stimulus yang ada, dapat mempertimbangkan konsekuensi yang terjadi sehingga dapat meminimalkan dampak negatif yang tidak diinginkan. Kontrol diri yang baik juga dapat mengurangi kecenderungan *nomophobia* yang diakibatkan dari pengguna *smarthphone* yang berlebihan dan individu dapat mengatur penggunaan *smartphone* agar tidak tenggelam akan kenyamanan memakai fasilitas yang canggih *dari smartphone*. Namun berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Muna & Astuti (2014) mengatakan bahwa individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi pula juga dapat memiliki kecenderungan kecanduan media sosial yang tinggi, terdapat beberapa faktor salah satunya yaitu kemampuan mengatur dan mengendalikan tingkah laku yang dimiliki yang berasal dari luar dirinya.

Menurut pengamatan calon peneliti terhadap mahasiswa STIK Stella-Maris Makassar *smartphone* menjadikan mahasiswa teralihkan dengan dunianya karena sibuk dengan *smartphone* masing-masing misalnya *chattingan* di media sosial, bermain *game*, nonton *youtube* sehingga melupakan waktu bahkan melupakan hal penting lainnya seperti belajar dan mengerjakan tugas kuliah. Hal inilah yang menyebabkan terjadi perasaan cemas pada saat tidak menggunakan *smartphone* dan hal ini fenomenal di kalangan mahasiswa saat ini. Namun, ketergantungan pada *smartphone* karena tidak bisa melepaskan diri dari *smartphone* dapat dipengaruhi oleh kontrol diri setiap individu.

Teknologi yang makin canggih dapat menyebabkan mahasiswa lebih cenderung menggunakan *smartphone* dibandingkan berinteraksi langsung dengan orang lain yang ada di sekitarnya ataupun melakukan sesuatu yang seharusnya mereka kerjakan saat itu, sehingga dapat menghambat pekerjaan tersebut. Berdasarkan hasil wawancara calon peneliti dengan sebagian

mahasiswa STIK Stella Maris Makassar bahwa dunia terasa hampa apabila tidak memegang *smartphone*, merasa *kudet* (kurang update), merasa kurang percaya diri dan umumnya merasa cemas. Kecemasan seseorang ketika berjauhan dengan *smartphone* merupakan fenomena yang sekarang terjadi umumnya pada kalangan mahasiswa, tak ketinggalan juga mahasiswa program sarjana keperawatan di STIK Stella Maris-Makassar. Maka atas dasar itu, peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan antara kontrol diri (*self-control*) dengan *Nomophobia* (*No Mobile Phone Phobia*) pada mahasiswa program sarjana keperawatan di STIK Stella Maris - Makassar.

B. Rumusan Masalah

Berkembangnya alat teknologi saat ini membuat setiap individu lebih tertarik menggunakan alat digital seperti *smartphone* yang dapat membantu dalam aktivitas sehari-hari. Walaupun *smartphone* banyak memberikan dampak positif, tetapi dapat pula memberikan dampak negatif bagi individu yang menggunakan, bahkan *smartphone* ini dapat membuat seseorang menjadi pribadi yang malas dan pasif, hal ini tergantung pada pribadi setiap individu. Pengendalian tingkah laku merupakan kontrol diri dari setiap individu yang tidaklah sama karena ada individu yang memiliki kontrol diri yang rendah dan ada yang memiliki kontrol diri yang tinggi. Berdasarkan uraian masalah di atas maka rumusan penelitian ini yakni “apakah ada hubungan *self-control* dengan *nomophobia* pada mahasiswa S1 keperawatan di STIK Stella Maris?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan khusus

Untuk mengetahui apakah ada hubungan *self-control* dengan *nomophobia* pada mahasiswa program S1 Keperawatan di STIK Stella Maris Makassar.

2. Tujuan umum

- a. Mengidentifikasi *self-control* pada mahasiswa S1 Keperawatan di STIK Stella Maris Makassar.
- b. Mengidentifikasi *nomophobia* pada mahasiswa S1 Keperawatan di STIK Stella Maris Makassar.

- c. Menganalisis hubungan *self-control* dengan *nomophobia* pada mahasiswa S1 Keperawatan di STIK Stella Maris Makassar.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan atau informasi bagi mahasiswa sehingga mampu mencegah kecanduan khususnya dalam mengakses media sosial. Penelitian ini diharapkan agar mahasiswa dapat mengontrol dirinya sendiri dalam menggunakan *smartphone* agar tidak hanya selalu bergantung pada alat ini dan lebih meningkatkan komunikasi dengan sesama mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar.

2. Bagi kampus

Untuk dapat memberikan informasi bahwa penggunaan *smartphone* secara berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif terhadap mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai informasi untuk meneliti lebih lanjut dan memperluas serta mengembangkan penelitian khususnya mengenai hubungan kontrol diri dengan *nomophobia*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Umum *Nomophobia* (*No Mobile Phone Phobia*)

1. Definisi *Nomophobia*

Nomophobia (*No Mobile Phone Phobia*) merupakan suatu situasi terkait kecemasan yang terjadi karena *smartphone* berada jauh dari jangkauan pemiliknya Yildirim (2014). Istilah *nomophobia* pertama kali diperkenalkan dalam studi di Inggris tahun 2008 oleh The UK post office lalu dikembangkan oleh SecureEnvoy untuk menginvestigasi kecemasan yang dialami pengguna *mobile phone*. Sedangkan, Townsend (2000) menyebutkan bahwa hp atau *smartphone* mempengaruhi pola perilaku seseorang dalam berkomunikasi di kehidupan sehari-hari. Lebih lanjut menurut Maheda (2013) mengatakan bahwa pemicu fobia ini disebabkan oleh kemajuan teknologi *smartphone* serta sarana pendukung lainnya yang belakangan ini semakin menjanjikan kemudahan bagi penggunanya.

Perkembangan teknologi *smartphone* mempermudah segala aktivitas manusia sehingga membuat individu merasa cemas bila jauh dengan *smartphone* atau disebut juga dengan *nomophobia*. Menurut Sudarji (2018) *nomophobia* adalah jenis fobia yang ditandai dengan ketakutan berlebihan jika seseorang kehilangan atau tidak berada dekat dengan *smartphone*-nya. Lebih lanjutnya menurut Yildirim (2014) mengatakan jika seseorang berada pada kondisi seperti kehabisan baterai, kehabisan kuota, atau suatu kondisi yang menyebabkan seseorang tidak mampu mengakses internet hal ini akan membuat individu tersebut merasa cemas dan gelisah yang berdampak pada penurunan konsentrasi.

Seseorang yang menderita *nomophobia* selalu hidup dalam kekhawatiran dan selalu cemas dalam meletakkan dan menyimpan *smartphone*, sehingga selalu dibawa kemanapun. Menurut Mayangsari, L (2015), *nomophobia* adalah jenis fobia yang di tandai ketakutan berlebihan jika individu kehilangan *smartphone*. Selanjutnya, menurut Bragazzi & Puente (2014) mengatakan ketakutan tersebut antara lain

kehabisan baterai, melewatkan panggilan atau pesan singkat, dan melewatkan informasi penting dari jejaring sosial, *nomophobia* dianggap sebagai gangguan yang mengacu pada ketidaknyamanan, kecemasan, kegelisahan, atau kesedihan akibat keluar dari zona penggunaan *smartphone*. Sedangkan Pavithra MB, Suwarna Madhukumar (2015) mengatakan *nomophobia* mengacu pada ketidaknyamanan, kegelisahan, kegugupan atau kesedihan yang disebabkan karena tidak berhubungan dengan telepon seluler. Sementara menurut King, et al (2013) menjelaskan bahwa *nomophobia* bukan hanya menyangkut *smartphone* tetapi juga komputer.

Nomophobia didefinisikan sebagai ketakutan pada dunia modern saat ini yang diakibatkan oleh tidak tersedianya alat digital yang bukan hanya dapat membantu untuk berkomunikasi tetapi dalam pencarian informasi yang dibutuhkan. Perasaan cemas yang dialami bila individu berada jauh dari *smartphone* atau yang disebut *nomophobia* ini sebagai faktor karena individu telah mengalami kecanduan terhadap perangkat *smartphone*.

2. Karakteristik *Nomophobia*

Studi yang dilakukan oleh King, et al (2013) menyimpulkan bahwa karakteristik *nomophobia* yakni kecemasan, depresi, gemetar, keringat, takikardi, dan merasa kesepian apabila tidak menggunakan *smartphone*. Studi lain yang dilakukan oleh Tran (2016) mengatakan bahwa karakteristik *nomophobia* yakni ketakutan, kecemasan, depresi, gemetar, keringat, tekanan darah meningkat, perasaan kesepian, dan serangan panik. Seseorang yang mengalami *nomophobia* ini berdampak pada gejala stress, kurang fokus, sering panik dan juga marah tanpa sebab yang jelas.

Lebih lanjut, Gezgin & Çakır (2016) menjelaskan bahwa karakteristik *nomophobia*, sebagai berikut :

- a Merasa hampa tanpa ponsel.
- b Merasa putus asa apabila kehabisan baterai.
- c Selalu meletakkan *smartphone*-nya di tempat yang aman.

- d Merasa rendah diri apabila tidak menggunakan *smartphone*.

Seiring dengan itu, Bragazzi & Puente (2014) menjelaskan ciri – ciri orang yang mengalami *nomophobia*, yaitu :

- a Menghabiskan waktu menggunakan *smartphone*, mempunyai satu atau lebih gadget dan selalu membawa charger.
- b Merasa cemas apabila kehilangan koneksi, dan ketika *smartphone* tidak tersedia dekat atau tidak pada tempatnya.
- c Selalu melihat atau mengecek layar *smartphone* untuk melihat pesan atau panggilan masuk. *Ringxiety* merupakan perasaan menganggap *smartphone* bergetar atau berbunyi.
- d Mengaktifkan telepon genggam 24 jam dan selalu diletakkan di kasur saat tidur
- e Kurang nyaman berkomunikasi secara tatap muka.

3. Aspek – Aspek *Nomophobia*

Menurut Yildirim (2014) terdapat 4 aspek *nomophobia*, antara lain :

- a *Not being able to communicate* (Tidak dapat berkomunikasi)

Aspek ini mengacu pada perasaan cemas individu ketika kehilangan komunikasi instan dengan orang lain dan ketika tidak bisa menggunakan layanan untuk komunikasi secara intens.

- b *Losing connectednes* (kehilangan konektivitas)

Aspek ini mengacu pada perasaan cemas individu apabila *smartphone* tidak memiliki konektivitas, atau kehabisan kuota sehingga tidak dapat mengakses sosial media.

- c *Not being able to access information* (tidak dapat mengakses informasi)

Aspek ini mencerminkan ketidaknyamanan atau kegelisahan individu apabila kehilangan akses untuk mendapatkan atau mencari informasi melalui *smartphone*.

- d *Giving up convenience* (menyerah pada kenyamanan)

Aspek ini berhubungan dengan perasaan menyerah pada *smartphone* karena telah memberikan kenyamanan dan keinginan

untuk terus memanfaatkan kenyamanan fasilitas pada *smartphone* dari pada berinteraksi dengan lingkungan disekitar.

4. Faktor–Faktor yang Mempengaruhi *Nomophobia*

Kalaskar (2015) mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *nomophobia* yaitu tingkat penggunaan, kebiasaan, dan ketergantungan yang berdampak terhadap kecemasan dalam penggunaan *smartphone*. Sedangkan Yuwanto (2010) mengatakan bahwa beberapa faktor penyebab *nomophobia* dari penggunaan *smartphone* secara berlebihan adalah sebagai berikut:

a Faktor internal

Merupakan faktor yang paling berisiko menyebabkan individu menjadi ketergantungan pada *smartphone* ataupun mengalami *nomophobia* diantaranya tingkat *sensation seeking* yang tinggi, *self esteem* yang rendah. Kontrol diri yang rendah, habit menggunakan telepon genggam yang tinggi, dan kesenangan pribadi dapat menjadi pemicu kerentanan terjadi *nomophobia* menurut Bianchi & Phillips (2005).

b Faktor situasional

Merupakan faktor yang menyebabkan individu menjadi ketergantungan pada *smartphone* dan mengarahkan pada penggunaan *smartphone* sebagai media *coping*. Menurut Ozdemir, Cakir, & Hussain (2018) mengatakan faktor ini menggambarkan tentang situasi psikologis individu yang mengarah pada keadaan penggunaan *smartphone* seperti stress, merasa sedih, kesepian, kecemasan, kejenuhan belajar, yang dapat menyebabkan perasaan nyaman ketika menggunakan *smartphone*.

c Faktor sosial

Merupakan faktor yang menjadikan *smartphone* sebagai sarana dan kebutuhan untuk berinteraksi dan menjaga hubungan dengan orang lain menurut Hussain & Adeeb (2009). Faktor ini terdiri dari *mandatory behavior* yakni perilaku yang dilakukan untuk memuaskan kebutuhan dalam berinteraksi yang distimulasi atau didorong oleh

orang lain, dan *connected presence* yakni lebih didasarkan pada perilaku berkomunikasi dengan orang lain yang berasal dari dalam diri.

d Faktor eksternal

Faktor ini terjadi akibat dari paparan media teknologi yang menyediakan kecanggihan *smartphone* dan tersedianya beragam fasilitas atau aplikasi pada *smartphone* sehingga mempengaruhi individu untuk memiliki dan menggunakan *smartphone* Nishad & Rana (2016).

5. Fenomena *Nomophobia* Dikalangan Orang Muda Milenial

Pengguna *smartphone* memang tidak ada batasan usia, akan tetapi pengguna *smartphone* rentang usia 18 - 29 tahun merupakan pengguna *smartphone* yang paling banyak mengalami *nomophobia* di bandingkan dengan kisaran usia lainnya Ozdemir, Cakir, & Hussain (2018). Sedangkan, Rabathy (2018) mengatakan bahwa masyarakat yang menggunakan media sosial sebagai alat komunikasi, dapat mempererat hubungan satu sama lain. Maraknya situs pertemanan di Indonesia disambut oleh masyarakat yang kebanyakan penggunanya adalah remaja, bahkan dapat mewabah ke orang tua bahkan anak-anak. Pergeseran kebudayaan didasarkan akibat perubahan modernisasi. Modernisasi dapat diartikan sebagai perubahan masyarakat dari masyarakat tradisional yang selalu tertutup menjadi masyarakat yang terbuka terhadap informasi-informasi terbaru. Gaya hidup dari seseorang *nomophobia* pada dasarnya mengarah pada perilaku konsumtif demi pemuasan keinginan untuk dapat terhubung ke media sosial. *Smartphone* bagi penggunanya menjadi sebuah gaya hidup, karena dapat menunjukkan identitas diri penggunanya, menambah rasa percaya diri, dan memiliki kebanggaan tersendiri. Menurut Jiao, Min, Li, & Fuller (2015) mengatakan bahwa fenomena *nomophobia* terdiri dari motif penggunaan *smatrphone*, motif masa lalu yakni seseorang mengatakan bahwa merasa kurang gaul, merasa kurang *up date*, bosan dengan aktifitas, keinginan memiliki usaha, dan motif masa mendatang/harapan yakni untuk mendapatkan informasi,

penunjang untuk belajar, dan sebagai sarana untuk hiburan. Soliha (2015) mengatakan mahasiswa adalah kelompok yang terlibat rentan terhadap ketergantungan pada internet dan *smartphone* di bandingkan kelompok masyarakat lainnya, mahasiswa pada fase ini berada pada fase *emerging adulthood* yaitu masa transisi dari remaja akhir menuju dewasa muda dan sedang mengalami dinamika psikososial. Hadirnya berbagai fitur menarik pada *smartphone* semakin mengikat pengguna agar terus bermain dengan *smartphone*-nya sehingga menjadi kecanduan. Hasil studi lain Oulasvirta, Rattenbury, Ma, & Raita (2012) mengatakan bahwa rasa cemas, khawatir, hingga menyebabkan stress ringan ketika tidak menggunakan *smartphone* merupakan bentuk gejala *nomophobia*.

B. Tinjauan Umum Kontrol Diri (*Self-Control*)

1. Definisi Kontrol Diri (*Self-Control*)

Individu yang mampu mengontrol diri dengan baik tidak akan mudah terpengaruh terhadap segala perubahan yang terjadi dan juga dapat terhindar dari tingkah laku menyimpang. Menurut Chaplin (2008) kontrol diri atau *self-control* adalah kemampuan untuk mengatur tingkah laku, kemampuan untuk mengatasi tingkah laku impulsif pada diri sendiri. Sedangkan, menurut Kail (2010) mengatakan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku maupun menahan diri dari godaan. Selanjutnya Tripambudi & Indrawati (2018) mengatakan bahwa kontrol diri adalah kemampuan untuk mengambil tindakan nyata terhadap permasalahan, berfikir positif, melakukan antisipasi terhadap pengambilan keputusan sehingga memberikan dampak positif baik bagi diri sendiri maupun bagi lingkungan. Lebih lanjutnya Mulyati & NRH (2018) menyimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu dalam mengendalikan tingkah laku dan menahan keinginan yang muncul dari dalam diri sehingga mampu mengambil suatu tindakan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Sedangkan Hou (2019) mengatakan bahwa pengendalian kontrol diri juga dikenal sebagai pengaturan diri, disiplin diri, kemauan dan usaha, sehingga kontrol diri merupakan kepribadian yang paling penting untuk kesejahteraan diri seseorang. Menurut Diponegoro

(2013) mengatakan kontrol diri adalah kemampuan menyusun, membimbing, mengarahkan perilaku yang membawa kearah positif agar dapat mengambil keputusan dan tindakan yang efektif tanpa menyinggung perasaan orang lain.

Ghufron & Risnawati (2016) mengatakan bahwa semakin bertambahnya usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol dirinya. Selanjutnya, Wan & Chiou (2006) dalam studinya mengatakan bahwa kontrol diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi ketergantungan yang terjadi pada individu. Karuniawan & Cahyanti (2013) mengatakan bahwa kontrol diri memiliki peranan penting dalam mengontrol penggunaan *smartphone* agar tidak digunakan secara berlebihan. Lebih lanjut Widiana, Retnowati, & Hidayat (2004) mengungkapkan bahwa individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan menggunakan internet yang merupakan salah satu fitur pada *smartphone* secara sehat dan sesuai dengan kebutuhannya sehingga tidak terjadi kecanduan. Sedangkan Baumeister & Tierney (2012) mengatakan bahwa strategi kontrol diri dikenal sebagai pengaturan diri, disiplin diri, kemauan untuk mengacu pada kemampuan untuk mengubah keadaan jadi lebih baik dari sebelumnya.

Dari beberapa pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan tingkah laku, dan mengambil langkah yang tepat serta menghasilkan pengaruh positif untuk mencapai hasil yang diinginkan.

2. Jenis-Jenis Kontrol Diri

Dalam Ghufron & Rini (2016) terdapat 3 jenis kontrol diri, yaitu:

a. Over control

Merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus, sehingga individu sulit mengekspresikan dirinya dalam menghadapi segala situasi.

b. Under Control

Merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepas impulsivitas dengan bebas, rentan menyebabkan dirinya lepas kendali dan kesulitan untuk mempertimbangkan pengambilan keputusan secara bijaksana. Shanahan & Neufeld (2010) mengatakan *under control* mengenai kestabilan emosi menjadi indikator penting dalam kontrol diri terutama pada dimensi *deliberate*. Hal tersebut dipengaruhi karena ketika seseorang berada pada kondisi emosi stabil, maka akan berpikir tenang dan mengambil pertimbangan secara tepat dan tidak impulsif.

c. *Appropriate Control*

Merupakan kontrol diri individu dalam upaya mengendalikan diri secara tepat, hal ini akan memberikan manfaat bagi individu karena kemampuan mengendalikan impuls cenderung menghasilkan dampak negatife yang lebih kecil.

3. Aspek-Aspek Kontrol Diri (*Self-Control*)

Secara umum kontrol diri dalam Ghufron & Rini (2016) dibedakan menjadi 3 kategori, yaitu :

- 1) Kontrol perilaku (*behavior control*), aspek ini menjelaskan bagaimana kemampuan individu untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku dibedakan atas dua komponen, yaitu:
 - a) Kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*), yaitu menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan dirinya sendiri atau orang lain atau sesuatu yang ada diluar dirinya
 - b) Kemampuan mengatur stimulus (*stimulus modifiability*), yaitu kemampuan mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi.
- 2) Kontrol kognitif (*cognitive control*), merupakan kemampuan untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif. Kontrol kognitif dibedakan atas dua komponen, yaitu:

a) Kemampuan untuk memperoleh informasi (*information again*)

Informasi yang dimiliki individu mengenai suatu keadaan akan membuat individu mampu mengantisipasi keadaan melalui berbagai pertimbangan objektif.

b) Kemampuan melakukan penilaian (*apraisal*)

Penilaian yang dilakukan individu merupakan usaha untuk menilai dan menafsirkan suatu keadaan dengan memerhatikan segi-segi positif secara subjektif.

3) Kontrol keputusan (*decision control*), Merupakan kemampuan individu untuk memilih dan menentukan tujuan yang diinginkan.

Selain aspek di atas, berdasarkan Tangney, Baumeister, & Boone, A. L., (2004), terdapat tiga aspek dalam kemampuan mengontrol diri, yaitu:

a) *Breaking Habits* (Melanggar Kebiasaan)

Merupakan sesuatu yang berkaitan dengan melakukan perilaku di luar dari kebiasaan yang sering dilakukan oleh individu. Contohnya melanggar norma atau peraturan yang ada di sekitarnya.

b) *Resisting Temptation* (menahan godaan)

Merupakan sesuatu yang berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri dalam menahan godaan.

c) *Self-Discipline* (disiplin diri)

Self-Discipline atau disiplin diri yaitu mengacu pada kemampuan individu dalam mengontrol diri, dimana individu mampu memfokuskan diri pada peraturan yang ada.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri Gufon, Nur, & Risanwita, (2014) antara lain :

a. Faktor internal

Faktor internal yang turut andil terhadap kontrol diri adalah usia, semakin bertambahnya usia seseorang maka semakin baik kemampuan mengontrol dirinya. Faktor ini sangat membantu individu untuk memantau dan mencatat perilakunya sendiri dengan hidup dan berpikir yang lebih baik lagi.

b. Faktor eksternal

Faktor eksternal yang mempengaruhi kontrol diri diantaranya lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Gufron, Nur, & Risanwita (2014) mengatakan bahwa persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua semakin demokratis cenderung diikuti tingginya kemampuan mengontrol diri.

5. Cara Mengembangkan Kemampuan Kontrol Diri

Menurut Goleman (1998) menyatakan bahwa perkembangan kontrol diri dibutuhkan pengendalian diri untuk menjaga agar emosi, impuls, dan tingkah laku tetap terkendali. Cara-cara yang ditempuh untuk mengembangkan kontrol diri individu, yaitu:

- a) Kemampuan mengelola emosi dengan baik, dimana individu bisa mengontrol diri terhadap masalah yang dihadapi.
- b) Kemampuan untuk tetap teguh dalam situasi yang paling berat.
- c) Kemampuan berpikir jernih dan tetap fokus kendali dalam tekanan. Individu yang memiliki sikap dalam menghadapi masalah memikirkan terlebih dahulu sebelum menyelesaikan masalah tersebut.

Tips untuk melatih disiplin dan menahan diri dapat dilakukan dengan cara, yaitu:

- a. Tuliskan kontrak antara diri anda sendiri untuk berkomitmen melakukan satu hal yang akan membawa anda untuk mencapai sesuatu yang anda inginkan.
- b. Bayangkan betapa menyenangkan hal yang akan kita peroleh jika kita bisa menahan diri.

- c. Berkarya, bisa dalam berbagai bentuk kegiatan terutama berkarya sebaik-baiknya dalam pekerjaan kita apapun jenisnya.
- d. Mengendalikan suasana hati
- e. Mengendalikan pikiran.

6. Kontrol Diri Pada Mahasiswa

Mahasiswa sebagai orang yang sedang mengikuti pendidikan dalam suatu perguruan tinggi secara tidak langsung dituntut untuk berpikir logis, ilmiah, berkepribadian mandiri, dan termasuk orang-orang yang penuh ide serta mau menerima hal-hal baru. Perkembangan teknologi komunikasi membawa dampak signifikan yang didukung oleh kebutuhan mahasiswa yang semakin beragam. Menurut Teng, Li, & Liu (2014) mengatakan mahasiswa yang kecanduan internet pada umumnya kurang dapat mengubah lingkungan mereka karena adanya efek samping dari kecanduan *smartphone* sebagai akibat kurangnya kontrol diri pada mahasiswa.

Kalaskar (2015) mengatakan hasil wawancara pada 560 mahasiswa manajemen di Kota Pune, menunjukkan hampir 80% subjek setuju bahwa hari-hari mereka dimulai dengan situs jejaring sosial, seperti saat bangun pagi untuk melihat chat dari teman-temannya semalam atau sekedar mengucapkan selamat pagi pada keluarga dan teman. Sejalan dengan itu, maka penggunaan teknologi komunikasi ataupun *smartphone* merupakan hal yang harus yang tidak bisa dilepaskan dalam keseharian individu. Sehingga mahasiswa tidak bisa mengontrol dirinya ketika berjauhan dengan *smartphone*, hampir di setiap kelas mahasiswa diam-diam menggunakan *smartphone* ketika dosen sedang mengajar sehingga membuat konsentrasi mahasiswa teralihkan dengan *smartphone*.

Menurut Ghufroon & Risnawita (2016) menyatakan bahwa semakin bertambahnya usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol dirinya. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri tinggi akan mampu mengatur penggunaan *smartphone* agar sesuai dengan kebutuhan dan tidak berlebihan. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan menggunakan internet (merupakan salah satu fitur pada

smartphone) secara sehat dan sesuai dengan kebutuhannya sehingga tidak terjadi kecanduan. Individu dengan kontrol diri yang tinggi akan melihat dirinya mampu mengontrol segala hal yang menyangkut perilakunya, begitu juga sebaliknya apabila individu memiliki kontrol diri rendah maka individu tersebut tidak mampu mengontrol segala hal yang menyangkut dengan perilakunya menurut Widiana, Retnowati, & Hidayar (2004).

C. Hubungan Antara Kontrol Diri (*Self-Control*) Dengan *Nomophobia*

Menurut Pavithra, Madhukumar, & Mahadeva (2015) *nomophobia* (*no mobile phone phobia*) merupakan perilaku individu yang mengacu pada ketidaknyamanan, kegelisahan, kegugupan atau kesedihan yang disebabkan karena tidak berhubungan dengan *smartphone*. Hal ini searah dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanika (2015) yang mengatakan bahwa ketergantungan individu terhadap *smartphone* disebabkan karena kemudahan yang disediakan oleh *smartphone* di setiap gerak kehidupan manusia untuk memudahkan segala kegiatan manusia, mulai dari berkomunikasi, mencari informasi, berjualan, membeli barang secara online hingga kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri.

Pada umumnya mahasiswa menggunakan *smartphone* sebagai media komunikasi dan informasi. Penelitian yang dilakukan oleh Fadilah (2015) menjelaskan bahwa pada era globalisasi dewasa ini telah terjadi perubahan persepsi mengenai kegunaan *smartphone*. *Smartphone* yang dulunya sebagai alat komunikasi saat ini mahasiswa mempersepsikan *smartphone* sebagai daya tarik masa kini dimana mahasiswa sangat menggantungkan hidupnya pada *smartphone*.

Penggunaan *smartphone* di kalangan mahasiswa menunjukkan bahwa hampir 24 jam *smartphone* berada di genggamannya mahasiswa yang sering digunakan untuk menjelajahi dunia maya. Melihat dampak negatif yang diakibatkan oleh penggunaan *smartphone* yang berlebihan, kontrol diri dalam hal ini memegang peranan penting dalam mengendalikan penggunaan

smartphone agar sesuai dengan kebutuhan. Kontrol diri merupakan suatu gambaran keputusan individu melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun guna meningkatkan hasil dan tujuan tertentu Chita, David, & Pali (2015). Individu dengan kontrol diri yang tinggi akan melihat dirinya mampu mengontrol segala hal yang menyangkut perilakunya, begitu juga sebaliknya apabila individu memiliki kontrol diri rendah maka individu tersebut tidak mampu mengontrol segala hal yang menyangkut dengan perilakunya.

Bivin, Mathew, Thulasi, & Philip (2013) mengatakan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan tanpa adanya kontrol diri menjadi salah satu penyebab ketergantungan *smartphone* yang dikenal dengan *nomophobia*. Salah satu perilaku yang rentan dilakukan di era teknologi modern saat ini adalah penggunaan *smartphone* secara berlebihan. Kurangnya kontrol diri menjadi salah satu faktor yang berkontribusi akan munculnya kecenderungan seseorang mengalami *nomophobia* Yuwanto (2010). Sedangkan Chóliz (2012) mengatakan bahwa penggunaan *smartphone* yang mengalami peningkatan akan mempengaruhi tingkat *nomophobia*. Kurangnya kontrol diri dalam penggunaan *smartphohe* akan mendatangkan permasalahan sosial pada penggunanya yang akan membuat individu menarik diri dari lingkungan sekitar karena telah nyaman berhubungan dengan dunia maya. Selain itu kecenderungan *nomophobia* terjadi karena adanya pengaruh kontrol diri dan pengolahan emosi.

BAB III

KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS

A. Kerangka Konseptual

Nomophobia (*no mobile phone phobia*) merupakan suatu gangguan psikologis yang dialami oleh individu yang mengakibatkan kecemasan, merasa kekurangan, dan ketergantungan apabila berjauhan dengan *smartphone*. Kecemasan tersebut dapat dialami dalam kondisi-kondisi tertentu misalnya kehabisan baterai, tidak memiliki kuota atau pada intinya tidak mampu untuk mengakses media sosial. Ketergantungan terhadap *smartphone* menyebabkan individu kurang berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Dengan penggunaan *smartphone* yang cukup tinggi mengakibatkan sebagian individu mengalami dampak negatif akibat pengaruh teknologi ini. Namun, *smartphone* juga memiliki dampak positif bagi penggunanya seperti mempermudah individu untuk melaksanakan aktivitas dan pekerjaan ataupun untuk mendapatkan informasi pada umumnya.

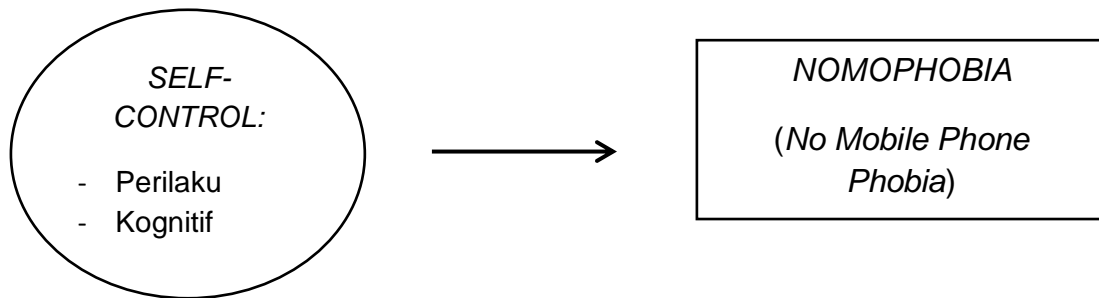
Mahasiswa lebih rentang terhadap ketergantungan *smartphone* karena mahasiswa berada pada fase *emerging adulthood* yaitu masa transisi dimana masa remaja akhir menuju ke dewasa muda dan sedang mengalami dinamika psikologis, sehingga mahasiswa tidak bisa mengontrol diri apabila berjauhan dengan *smartphone*. Tingginya tingkat pemakaian *smartphone* khususnya dikalangan mahasiswa perlu juga diseimbangkan dengan keterampilan dalam memanfaatkan alat digital tersebut. Ketidakmampuan dalam memaksimalkan penggunaan *smartphone* dapat membuat mahasiswa merasa cemas, malu, dan mengalami gangguan emosional. Tekanan akibat perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang demikian pesat seringkali menimbulkan masalah psikologis berupa *nomophobia*.

Dengan demikian, kontrol diri merupakan sikap dan perilaku individu dalam mengendalikan diri sebelum memutuskan sesuatu dengan pertimbangan matang. Individu yang memiliki kontrol diri tinggi mampu mengaplikasikan cara-cara yang tepat bagaimana berperilaku dalam situasi apapun. Kontrol diri yang tinggi mampu mengarahkan seseorang untuk mengambil suatu keputusan dengan mempertimbangkan efek dari keputusan

yang diambil. Sebaliknya, kontrol diri yang kurang cenderung mengarahkan individu dalam melakukan suatu tindakan tanpa memikirkan efek konsekuensi.

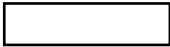
Berdasarkan uraian di atas maka kerangka konsep dalam penelitian ini dapat digambarkan dalam bentuk skema berikut ini adalah:


Gambar 3.1 kerangka konsep



Keterangan :

 : variabel independen

 : variabel dependen

 : penghubung variabel

B. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan teori dan konseptual yang digambarkan, maka hipotesis penelitian yaitu ada hubungan *self-control* dengan *nomophobia* pada mahasiswa S1 keperawatan di Stik Stella Maris Makassar.

C. Definisi Operasional

Tabel 3.1

Definisi Operasional Variable Penelitian

1. Variable independen : Kontrol Diri (*self-control*)

No	Variable	Definisi operasional	Parameter	Alat ukur	Skala	Skor
1	Variable independen : kontrol diri	kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan tingkah laku, dan mengambil langkah yang tepat serta menghasilkan pengaruh positif untuk mencapai hasil yang diinginkan.	-Kontrol perilaku (<i>behavior control</i>) -Kontrol kognitif (<i>cognitive control</i>) - Kontrol keputusan (<i>decision control</i>)	Kuesioner	Ordinal	Kontrol diri baik skor 75-120 Kontrol diri kurang skor 30-74

2. Variable dependen : *Nomophobia (No Mobile Phone Phobia)*

No	Variable	Definisi operasional	Parameter	Alat ukur	Skala	Skor
2	Variable dependen : <i>Nomophobia (No Mobile Phone Phobia)</i>	<i>Nomophobia</i> merupakan ketakutan yang dialami seseorang apabila	- <i>Not being able to communicate</i> - <i>Losing</i>	Kuesioner	Ordinal	Tinggi skor 48-60

		berjauhan dengan <i>smartphone</i> yang mengacu pada kegelisahan, kegugupan, dan kesedihan	<i>connectedness</i> <i>-Not being able to access information</i> <i>-Giving up to convenience</i>			Sedang skor 33-47 Rendah skor 20-33
--	--	--	--	--	--	--

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan observasional analitik dan menggunakan metode *cross sectional study* yaitu rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan yang bertujuan untuk melihat hubungan antara kontrol diri dengan *nomophobia* terhadap mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat penelitian

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar. Alasan pemilihan lokasi ini dengan pertimbangan bahwa belum pernah dilakukan penelitian tentang *self-control* dengan *nomophobia* pada mahasiswa.

2. Waktu penelitian

Penelitian direncanakan pada bulan Januari 2020.

C. Populasi dan Sample

1. Populasi

Populasi pada penelitian ini semua mahasiswa-mahasiswi tingkat I, II, dan III di STIK Stella Maris Makassar yang berjumlah 354 mahasiswa yang terdiri dari kelas S1/IA berjumlah 57 orang, S1/IB berjumlah 52 orang, S1/IIA berjumlah 47 orang, S1/IIB berjumlah 47 orang, S1/IIC berjumlah 49 orang, S1/IIIA berjumlah 49 orang, dan S1/IIIB berjumlah 53 orang.

2. Sample

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Probability Sampling* dengan pendekatan *Propotional Stratified Random Sampling* yaitu cara pengambilan sampel yang digunakan jika populasi tidak homogen yang memiliki strata (kedudukan) atau lapisan yang heterogen (bertingkat) dan jumlah unit dalam strata jumlahnya tidak sama.

Untuk menentukan jumlah sampel yang akan diteliti digunakan rumus berikut :

$$n = \frac{N \cdot z^2 \cdot p \cdot q}{d^2(N-1) + z^2 \cdot p \cdot q}$$

keterangan :

- n : perkiraan jumlah sampel
 N : perkiraan jumlah populasi
 z : nilai standar normal untuk α (1.96)
 p : perkiraan proporsi (0.5)
 q : 1-p (0,5)
 d : taraf signifikan yang dipilih (5% = 0.05)

sehingga besar sampel adalah:

$$n = \frac{354 \cdot (1.96)^2 \cdot (0.5) \cdot (0.5)}{(0.05)^2 (354-1) + (1.96)^2 (0.5) \cdot (0.5)} = \frac{339,9816}{1,8429}$$

n = 184 responden

Jadi, jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 184 responden. Untuk menentukan jumlah sampel per tingkat maka menggunakan rumus:

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n$$

keterangan:

n_i : besar sampel pada masing-masing tingkat ($i = I, II, III$)

N : besar populasi

n : besar sampel secara keseluruhan

N_i : besar populasi pada masing-masing tingkat

Sehingga besar sampel pada masing-masing tingkat adalah :

$$\text{Tingkat I : } n_1 = \frac{109}{354} \times 184$$

$$n_1 = 57 \text{ sampel}$$

$$\text{Tingkat II : } n_2 = \frac{143}{354} \times 184$$

$$n_2 = 74 \text{ sampel}$$

$$\text{Tingkat III : } n_3 = \frac{102}{354} \times 184$$

$$n_3 = 53 \text{ sampel}$$

Kriteria sample sebagai berikut, yaitu:

1) Kriteria inklusi

Mahasiswa yang bersedia berpartisipasi dalam penelitian.

2) Kriteria eksklusi

Mahasiswa yang tidak hadir (sakit, cuti, alpa, izin) pada saat penelitian.

D. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner yaitu sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden.

1. Skala NMP-Q (*nomophobia questionnaire*)

Kuesioner diciptakan oleh Yildirim dan dialih bahasakan oleh Bayuvinda Fourrensia Agustin (2018) mahasiswa Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan telah dilakukan uji valid menggunakan teknik korelasi *product moment* dengan koefisien validitas antara 0,383–0,718, dan uji reabilitas dengan teknik koefisien *Alpha Cronbach* $\alpha = 0,924$. Didasarkan pada empat aspek yaitu tidak dapat berkomunikasi (*not being able to communicate*), aspek kehilangan konektivitas (*losing connectedness*), aspek tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*), dan aspek menyerah pada kenyamanan (*giving up convenience*) yang berisi 20 pertanyaan. Skala ini berbentuk skala likert yang terdiri dari tiga pilihan jawaban yaitu skor 3 sesuai (S), skor 2 netral (N), skor 1 tidak sesuai (TS).

Table 4.1 sebaran nomor item *Nomophobia Questionnaire*

Dimensi <i>Nomophobia</i>	Jumlah pertanyaan (<i>Favorable</i>)	Total
Tidak mampu dalam berkomunikasi	10, 11, 12, 13, 14, 15	6
Kehilangan konektivitas	16, 17, 18, 19, 20	5
Tidak mampu untuk mengakses informasi	1, 2, 3, 4	4
Menyerah pada suatu alat (<i>smartphone</i>)	5, 6, 7, 8, 9	5
Total	20	20

2. Skala *self-control*

Kuesioner diciptakan oleh Averill dan dimodifikasi oleh Nadya Atika Putri (2019) mahasiswa Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya dengan nilai validitas dengan syarat $r = 0,1447$ dan uji reabilitas dengan teknik koefisien *Alpha Cronbach* $\alpha = 0,918$. Skala yang digunakan berdasarkan 3 aspek kontrol diri yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan. Terdapat 30 item dalam skala ini dengan menggunakan instrument skala likert yaitu pilihan jawaban skor 4 sangat sesuai (SS), skor 3 sesuai (S), skor 2 tidak sesuai (TS), dan skor 1 sangat tidak sesuai (STS).

Table 4.2 sebaran nomor item *self-control*

No	Aspek	Indikator	Item		Jumlah
			Fovarable	Unfovarabel	
1	Kontrol perilaku	<ul style="list-style-type: none"> •Kemampuan individu dalam mengendalikan situasi atau keadaan •Kemampuan individu untuk menerima atau menolak stimulus 	2, 4, 10, 12, 20	11	6
			8,13, 17, 21		4
2	Kontrol kognitif	<ul style="list-style-type: none"> • Kemampuan individu dalam mengantisipasi peristiwa berdasarkan informasi yang dimiliki • Kemampuan individu dalam menafsirkan atau menilai suatu peristiwa 	3, 6, 9, 16, 18, 24, 27		7
			5, 14, 22, 25, 28	7	6

3.	Kontrol keputusan		1, 15, 19, 26, 29, 30	23	7
Total item			27	3	30

E. Pegumpulan Data

Pelaksanaan penelitian ini menggunakan kuesioner untuk mengetahui hubungan antara *self-control* dengan *nomophobia* terhadap mahasiswa. Dalam penelitian ini data akan dikumpulkan melalui beberapa prosedur, dimana sebelum melakukan penelitian, peneliti meminta rekomendasi dari pihak institusi STIK Stella Maris Makassar untuk tempat penelitian. Selanjutnya peneliti mengajukan surat permohonan izin penelitian kepada pihak kampus STIK Stella Maris karena dalam hal ini tempat penelitian yang dipilih oleh peneliti yaitu STIK Stella Maris Makassar. Setelah mendapat izin meneliti dari pihak terkait diatas maka penelitian dilakukan.

1. Etika penelitian

Ada beberapa etika yang harus diperhatikan dalam penelitian yaitu:

a. *Informed consent*

Merupakan lembar persetujuan yang diberikan kepada responden yang memenuhi kriteria inklusi, menjelaskan manfaat penelitian sebelum dilakukan penelitian dengan tujuan agar subjek mengerti maksud dan tujuan penelitian. Jika subjek bersedia maka subjek diminta untuk menandatangani lembar persetujuan.

b. *Anomity* (tanpa nama)

Menjamin kerahasiaan identitas responden. Hal ini dilakukan untuk menjaga kerahasiaan, peneliti tidak mencantumkan nama responden, tetapi diberikan inisial atau kode.

c. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Kerahasiaan informasi responden dijamin oleh peneliti dan hanya data tertentu yang akan dilaporkan sebagai hasil penelitian. Data yang telah dikumpulkan akan disimpan dalam bentuk file dan hanya diakses oleh peneliti dan pembimbing.

2. Teknik pengumpulan data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini melalui:

a. Data primer

Data yang diperoleh secara langsung dari responden yaitu mahasiswa tingkat I, II, III, IV STIK Stella Maris Makassar yang menjadi sampel penelitian.

b. Data sekunder

Data yang diperoleh dengan cara menelusuri dan menelaah literature serta data yang diperoleh dari bagian Tata Usaha STIK Stella Maris Makassar.

F. Pengolahan dan Penyajian Data

Data yang telah dikumpulkan akan dilakukan pengolahan data oleh peneliti dengan menggunakan program *SPSS* dengan langkah sebagai berikut:

1. Editing (*penyuntingan*)

Dalam tahap ini akan dilakukan pengecekan terhadap kelengkapan data sehingga apabila terdapat ketidaksesuaian, maka dapat dilengkapi dengan segera oleh peneliti.

2. Pemberian kode (*coding*)

Dalam tahap ini, peneliti akan memberi kode pada data yang didapat untuk mengklarifikasi data berdasarkan kategori hasil penelitian.

3. Proses data (*processing*)

Processing data dilakukan agar data dapat dianalisis. *Processing* data dilakukan dengan cara memasukkan data (*data entry*) ke paket komputer yang dapat digunakan untuk pemrosesan data. Program yang digunakan adalah paket program *SPSS for window's versi 22*.

4. Pembersihan data (*cleaning*)

Cleaning merupakan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah dimasukkan (*entry*), untuk mengecek apakah ada kesalahan atau tidak.

G. Analisa Data

Setelah melakukan *editing*, *coding*, *processing* dan *cleaning* maka selanjutnya dilakukan uji analisis melalui 2 cara yaitu :

1. Analisis Univariat

Analisis ini dibentuk dalam dua tabel frekuensi untuk melihat frekuensi dan presentase data dari variabel tentang hubungan kontrol diri dengan *nomophobia*.

2. Analisis Bivariat

Analisis ini untuk melihat hubungan antara variabel independen (*self-control*) terhadap variabel dependen (*nomophobia*) dengan menggunakan uji *Chi-Square* dimana uji ini untuk melihat suatu hubungan variabel, dengan nilai kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Dengan interpretasi hasil berdasarkan nilai p yaitu :

- a. Jika nilai $p < \alpha$, maka H_a diterima H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara *self-control* dengan *nomophobia* pada mahasiswa.
- b. Jika nilai $p \geq \alpha$, maka H_a ditolak dan H_0 diterima, artinya tidak ada hubungan antara *self-control* dengan *nomophobia* pada mahasiswa.

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Pengantar

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 27 Januari sampai dengan 10 Februari 2020 pada mahasiswa tingkat I, II, III di STIK Stella Maris Makassar. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Probability Sampling* dengan pendekatan *propotional stratified random sampling* dan jumlah responden 184 mahasiswa. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner *self-control* dengan 30 pernyataan dan *nomophobia* dengan 20 pernyataan.

Pengolahan data dengan menggunakan komputer program SPSS *for Windows* versi 22, selanjutnya data dianalisis dengan menggunakan *uji statistik chi-square*. Adapun ketentuan terhadap penerimaan dan penolakan apabila $p \geq \alpha$ maka H_a ditolak dan H_o diterima artinya tidak ada hubungan dan jika $p < \alpha$ maka H_a diterima dan H_o ditolak artinya ada hubungan.

2. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Kampus STIK Stella Maris Makassar berada di pusat kota Makassar yang terletak di Jalan Maipa No.19, Losari, kecamatan Ujung Pandang, Kota Makassar, Provinsi Sulawesi Selatan.

Kampus STIK Stella Maris Makassar memiliki beberapa sarana dan prasarana penunjang pembelajaran seperti gedung STIK Stella Maris, ruang perkuliahan, lahan praktik klinik, perpustakaan, aula, laboratorium keperawatan, laboratorium komputer, laboratorium bahasa, dan hotspot. Kampus STIK Stella Maris memiliki tiga program studi yaitu S1 Keperawatan, D3 Keperawatan, dan program NERS.

Kampus STIK Stella Maris Makassar memiliki visi dan misi untuk mengembangkan kampus sesuai arah pada visi dan misi kampus STIK Stella Maris Makassar. Adapun visi dan misi kampus STIK Stella Maris Makassar, yaitu:

a. Visi

Pada tahun 2020 menjadi program studi yang menghasilkan ners yang berwawasan global dan unggul dalam keperawatan neurorehabilitasi pasien stroke dengan berlandaskan cinta kasih.

b. Misi

- 1) Menyelenggarakan pengajaran yang unggul dalam keperawatan neuro-rehabilitasi pada pasien stroke berlandaskan pelayanan cinta kasih.
- 2) Mengembangkan pelayanan *home care* neurorehabilitasi pada pasien stroke dengan berlandaskan pelayanan cinta kasih.
- 3) Membudayakan sikap caring dalam komunitas civitas akademik dengan berlandaskan pelayanan cinta kasih.
- 4) Mengembangkan dan menyelenggarakan penelitian yang terkini dengan berlandaskan pelayanan cinta kasih.
- 5) Mengembangkan dan menyelenggarakan pengabdian masyarakat seiring dengan perkembangan ilmu dan teknologi berdasarkan hasil penelitian dengan berlandaskan pelayanan cinta kasih.
- 6) Melakukan kerjasama dengan berbagai institusi pendidikan pelayanan kesehatan baik dalam negeri maupun luar negeri dengan berlandaskan pelayanan cinta kasih.

3. Karakteristik Responden

a. Karakteristik responden berdasarkan tingkat

Table 5.1

Distribusi responden berdasarkan kelompok tingkat pada mahasiswa keperawatan STIK Stella Maris Makassar

Tingkat	Frekuensi (f)	Persentase (%)
I	57	31,0
II	74	40,2
III	53	28,8
Total	184	100,0

Sumber : *data primer, 2020*

Dari penelitian yang dilaksanakan di STIK Stella Maris Makassar, diperoleh data dengan jumlah 184 responden terbanyak berada pada tingkat II yaitu sebanyak 74 responden (40,2%), tingkat I 57 responden (31,0%), dan jumlah responden terkecil berada pada tingkat III sebanyak 53 responden (28,8%).

b. Karakteristik responden berdasarkan umur

Table 5.2

Distribusi responden berdasarkan kelompok umur pada mahasiswa keperawatan STIK Stella Maris Makassar

Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
17-19	110	59,8
20-23	74	40,2
Total	184	100,0

Sumber : *data primer, 2020*

Dari penelitian yang dilaksanakan pada mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar, diperoleh data dari 184 responden terbanyak pada umur 17-19 tahun dengan jumlah 110 responden (36,4%) dan umur 20-23 tahun sebanyak 74 responden (40,2%).

c. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Table 5.3

Distribusi frekuensi berdasarkan kelompok jenis kelamin pada mahasiswa keperawatan STIK Stella Maris Makassar

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
L	34	18,5
P	150	81,5
Total	184	100,0

Sumber : *data primer, 2020*

Dari hasil penelitian yang dilaksanakan pada mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar, diperoleh data dengan jumlah 184 responden

kelompok jenis kelamin terbanyak adalah perempuan dengan jumlah 150 responden (81,5%) dan jumlah jenis kelamin paling sedikit yaitu laki-laki dengan 34 responden (18,5%).

4. Hasil Analisa Data

a. Analisa univariat

1.) *Self-control*

Table 5.4

Distribusi frekuensi berdasarkan *self-control* pada mahasiswa keperawatan STIK Stella Maris Makassar

Self Control	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	80	43,5
Kurang	104	56,5
Total	184	100,0

Sumber : *data primer, 2020*

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan pada mahasiswa keperawatan di STIK Stella Maris Makassar dengan jumlah 184 responden, diperoleh gambaran bahwa yang memiliki *self-control* baik sebanyak 80 responden (43,5%) dan mahasiswa dengan *self-control* kurang sebanyak 104 responden (56,5%).

2.) *Nomophobia*

Table 5.5

Distribusi frekuensi berdasarkan tingkat *nomophobia* pada mahasiswa keperawatan STIK Stella Maris Makassar

Nomophobia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	10	5,4
Sedang	89	48,4
Berat	85	46,2
Total	184	100,0

Sumber : *data primer, 2020*

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar dengan jumlah sebanyak 184 responden diperoleh gambaran tentang tingkat *nomophobia* pada mahasiswa. Data yang diperoleh yaitu mahasiswa yang mengalami *nomophobia* berat sebanyak 85 responden (46,2%) mahasiswa yang mengalami *nomophobia* sedang sebanyak 89 responden (48,4%) dan mahasiswa yang mengalami *nomophobia* ringan sejumlah 10 responden (5,4%).

b. Analisa bivariate

Tabel 5.6

Analisa hubungan *self-control* dengan *nomophobia* pada mahasiswa keperawatan STIK Stella Maris Makassar

Self-Control	Nomophobia								Nilai p
	Rendah		Sedang		Berat		Total		
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Baik	8	4,3	46	25,0	26	14,1	80	43,5	0,001
Kurang	2	1,1	43	23,4	59	32,1	104	56,5	
Total	10	5,4	89	48,4	85	46,2	184	100,0	

Sumber : *data primer, 2020*

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan pada mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa *self-control* kategori baik dengan tingkat *nomophobia* dalam kategori rendah sebanyak 8 responden (4,3%), *self-control* kategori baik dengan *nomophobia* dalam kategori sedang sebanyak 46 responden (25,0%) *self-control* kategori baik dengan *nomophobia* dalam kategori berat sebanyak 26 responden (14,1%) *self-control* kategori kurang dengan *nomophobia* kategori rendah 2 responden (1,1%), *self-control* kategori kurang dengan tingkat *nomophobia* sedang sebanyak 43 responden (23,4%), dan *self-control* kategori kurang dengan *nomophobia* kategori berat sebanyak 59 responden (32,1%).

Hasil statistik menggunakan *uji Chi Square* dengan table 2x3, dan tingkat signifikan ($\alpha=0,05$) diperoleh nilai $p=0,001$. Apabila nilai $p<\alpha$ hal ini menunjukkan bahwa hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_o) ditolak, artinya ada hubungan antara *self-control* dengan *nomophobia* pada mahasiswa S1 keperawatan di STIK Stella Maris Makassar.

B. PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan pada mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara *self-control* dengan *nomophobia* pada mahasiswa program studi sarjana keperawatan di STIK Stella Maris Makassar. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisa statistik (SPSS) menggunakan uji *Chi Square* dengan nilai $p=0,001$ dan nilai signifikan $\alpha=0,05$, hasil ini menunjukkan bahwa nilai $p<\alpha$ yang menyatakan bahwa H_a diterima dan H_o di tolak.

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mudiarni (2018) mengatakan bahwa ada hubungan antara *self-control* dengan *nomophobia*. Sejalan dengan itu, hasil penelitian ini didukung juga oleh Aguilera-Manrique et al., (2018) yang menegaskan bahwa ada hubungan penggunaan *smartphone* dengan total skor *nomophobia* yang ditemukan pada mahasiswa keperawatan dan ada perspektif tentang kebijakan pembatasan penggunaan *smartphone* dalam konteks klinis untuk menghindari dampak negatif terhadap profesional keperawatan. Hal yang sama diungkapkan oleh Asih & Fauziah (2017) yang mengatakan bahwa *self-control* memberikan sumbangan yang efektif untuk mempengaruhi tingkat *nomophobia* pada setiap individu.

Menurut Gandawijawa & Leonardus Edwin (2017) mengatakan bahwa penggunaan media sosial berhubungan dengan *self-control* karena merupakan kapasitas manusia dalam membentuk suatu perilaku agar sesuai dengan lingkungan sekitarnya. Karuniawan & Cahyawati (2013) menegaskan bahwa *self-control* sangat penting khususnya pengendalian diri terhadap penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Hal-hal tersebut dipertegas lagi oleh Novitasari (2018) mengatakan bahwa individu yang memiliki manajemen diri yang baik

cenderung memiliki *self-control* yang baik terlebih dalam penggunaan *smartphone*.

Menurut Agusta (2016) mengatakan bahwa ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan tingkat *nomophobia* dalam kategori berat diantaranya tingkat *self-esteem* yang rendah, *sensation seeking* yang tinggi, merasa stress dan rasa bosan, *extraversion personality*, serta kontrol diri yang rendah. Pengendalian terhadap kecenderungan penggunaan *smartphone* ini sangat penting untuk dilakukan pada setiap individu dimana *self-control* sangat berperan penting dalam hal pengambilan suatu langkah atau tindakan yang dapat memberikan pengaruh positif. Menurut Mulyati & NRH (2018) menyimpulkan bahwa *self-control* adalah kemampuan individu dalam mengendalikan tingkah laku dan menahan keinginan yang muncul dari dalam diri sehingga mampu mengambil suatu tindakan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Sedangkan Averill dalam Ghufron (2017) menyatakan bahwa *self-control* merupakan suatu struktur psikologi yang terdiri dari tiga aspek yaitu kontrol perilaku adalah bagaimana kemampuan individu untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kontrol kognitif yaitu kemampuan individu untuk mengelola informasi yang tidak diinginkan, dan kontrol keputusan yaitu kemampuan individu untuk memilih dan menentukan tujuan yang diinginkan.

Menurut Bivin, Mathew, Thulasi, & Philip (2013) mengatakan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan tanpa adanya kontrol diri menjadi salah satu penyebab ketergantungan *smartphone*. Individu yang tidak bisa jauh dari *smartphone* akan berusaha untuk memenuhi kebutuhannya agar bisa tersambung dengan sosial media. Hal ini sesuai dengan temuan peneliti di lapangan bahwa mahasiswa mengatakan mereka akan melakukan berbagai cara agar selalu *connect* dengan sosial media seperti halnya dengan mengurangi uang jajan demi membeli kuota/paket internet atau bahkan meminjam uang teman. Kurangnya kontrol diri memiliki potensi untuk mengalami kecenderungan ketergantungan *smartphone* yang menjadikan individu merasa cemas saat jauh dari *smartphone*. Kontrol diri yang tinggi memungkinkan individu dapat mengatur pikiran, perasaan, dan tingkah laku

sehingga tidak didominasi oleh keinginan untuk mengakses media sosial secara terus menerus. Peran kontrol diri dalam mengantisipasi *nomophobia* pada individu tergolong penting sehingga tidak memberikan dampak negatif pada individu.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa *self-control* dalam kategori kurang dengan *nomophobia* berat yaitu 59 responden. Hal ini didukung oleh Chóliz (2012) yang mengatakan bahwa permasalahan pada penggunaan *smartphone* disebabkan oleh faktor kurangnya kontrol diri dimana individu kesulitan dalam mengendalikan stimulus sehingga dapat memicu perasaan cemas jika berada jauh dari *smartphone* dan menyebabkan individu menarik diri dari lingkungan sosialnya. Lebih lanjut Jiang & Zhao (2016) menjelaskan bahwa individu yang memiliki *self-control* yang rendah cenderung menggunakan *smartphone* secara patologis yang mengutamakan kesenangan dan kepuasan serta dapat menimbulkan hubungan interpersonal yang buruk. Selain itu dapat menimbulkan gaya hidup yang tidak sehat dibandingkan individu dengan *self-control* yang tinggi.

Mahasiswa yang tidak bisa jauh dari *smartphone* lebih konsumtif, karena cenderung berusaha memenuhi kebutuhan hidupnya yang selalu terhubung ke media sosial. Menurut Kaur, Sharma, & Manu (2015) mengatakan bahwa mahasiswa keperawatan yang mengalami *nomophobia* pada umumnya menggunakan *smartphone* mereka sebagai fasilitas untuk tidur dalam kondisi *smartphone* masih dalam keadaan *on*, serta memilih mengatur ponsel dalam keadaan mode getar dari pada mematikannya selama proses perkuliahan. Selanjutnya menurut Rabathy (2018) kecenderungan berkomunikasi lewat dunia maya inilah yang banyak terjadi di kalangan mahasiswa mulai dari sekedar mencari tugas, serta menjalin relasi dengan lingkungan sosial dunia maya. Park (2014) menegaskan bahwa individu dengan kecanduan *smartphone* berat memiliki kemungkinan lebih tinggi mengalami masalah dalam perkembangan mental seperti ketidakstabilan emosional, deficit perhatian, kemarahan dan masalah fisik seperti gangguan penglihatan. *Nomophobia* juga mengacu pada ketidaknyamanan, kegelisahan, kegugupan, atau kesedihan yang dialami karena tidak berhubungan dengan *smartphone*.

Berdasarkan kategori jenis kelamin diperoleh data dengan jumlah 184 responden kelompok jenis kelamin terbanyak adalah perempuan dengan jumlah 150 responden dan jumlah kelompok jenis kelamin adalah laki-laki dengan 34 responden. Nagpal, Sharoj S., & Kaur (2016) mengatakan bahwa *nomophobia* cenderung lebih banyak ditemukan pada mahasiswa perempuan dibanding laki-laki dimana salah satu faktornya yaitu gaya hidup perempuan di era digital ini sudah mulai melek teknologi. Hal tersebut sesuai dengan pengamatan peneliti bahwa perempuan lebih cenderung untuk selalu membawa *smartphone*, yang dapat terlihat di berbagai tempat seperti di kantin, di tempat antrian, bahkan didalam kelas. Namun, Farooqui, Pore, & Gothankar (2018) dalam studinya mengatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara subjek pria dan wanita untuk mengalami *nomophobia*, karena fakta di lapangan kecenderungan untuk tergantung pada *smartphone* bersifat *universal* dan berdampak sama pada kedua jenis kelamin.

Berdasarkan kategori umur diperoleh data dari 184 responden terbanyak pada umur 17-19 tahun dengan jumlah 110 responden dan umur 20-21 tahun sebanyak 74 responden. Ghufroon & Risnawita (2016) mengatakan bahwa semakin bertambahnya usia seseorang maka semakin baik kemampuan mengontrol dirinya. Lebih lanjut Gandawijawa & Leonardus Edwin (2017) mengatakan bahwa penetrasi pengguna media sosial yang pesat didominasi oleh pengguna usia 18-24 tahun, dan menunjukkan bahwa rendahnya *self-control* membuat seseorang pada masa transisi dari remaja awal menuju dewasa muda rentan untuk melakukan agresi elektronik. Kandell dalam Soliha (2015) mengatakan mahasiswa adalah kelompok yang terlibat rentan terhadap ketergantungan pada internet dan *smartphone* di bandingkan kelompok masyarakat lainnya, mahasiswa pada fase ini berada pada fase *emerging adulthood* yaitu masa transisi dari remaja akhir menuju dewasa muda dan sedang mengalami dinamika psikososial. Pada fase ini, mahasiswa sedang berproses membentuk identitas diri, berusaha hidup mandiri dengan melepaskan diri dari dominasi atau pengaruh orang tua, mencari makna hidup dan hubungan interpersonal yang intim secara emosional. Hadirnya berbagai fitur

menarik pada *smartphone* semakin mengikat pengguna agar terus bermain dengan *smartphone*-nya sehingga menjadi kecanduan.

Berdasarkan hasil wawancara dan temuan di lapangan pada saat penelitian menunjukkan bahwa saat ini penggunaan *smartphone* menjadi salah satu kebutuhan primer bagi mayoritas individu, terlebih pada mahasiswa. Penggunaan aplikasi *chatting* dan beragam media sosial sangat membantu untuk menjalin komunikasi baik antar personal maupun antar kelompok. Beberapa faktor seperti cemas saat ketinggalan informasi penting, tidak bisa memberi kabar pada teman atau keluarga, maupun kehilangan sinyal ataupun dampak dari lingkungan yang menuntut untuk selalu *update* dapat membuat individu tersebut mengalami *nomophobia*.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar didapatkan hasil bahwa semakin tinggi *self-control* individu maka tingkat kecemasan jauh dari *smartphone* (*nomophobia*) yang dialami semakin rendah. Sebaliknya, individu dengan *self-control* rendah mengalami tingkat kecemasan jauh dari *smartphone* (*nomophobia*) semakin tinggi. Dapat disimpulkan bahwa *Self-control* sangat berpengaruh terhadap *nomophobia* yang dialami individu, oleh karena itu kontrol diri sangat berkontribusi dalam hal penggunaan *smartphone*.

Fenomena *nomophobia* ini akan terus meningkat seiring perkembangan teknologi yang makin pesat sehingga salah satu cara untuk mengatasi hal ini yaitu dengan *seven days magic* (SMD). SMD adalah model baru dari perawatan psikologis yang berfokus pada perubahan perilaku manusia dan pemikiran tentang ketergantungan pada *smartphone*. Hal ini dilakukan oleh psikolog atau psikiater dengan cara *cognitive behavioral therapy* (CBT), motivasi wawancara, terapi kecanduan internet dan teknologi serta farmakoterapi menurut Prasyatiani, Hijriarahmah, & Solamat (2017). Menurut asumsi peneliti cara yang dapat pula mengurangi *nomophobia* adalah mengintensifkan diri dalam kegiatan *outdoor* seperti rekreasi alam, olahraga secara teratur, terlibat dalam organisasi serta mengintensifkan diri dan ikut terlibat dalam kegiatan keagamaan sehingga dapat mengurangi tendensi anti sosial.

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di STIK Stella Maris terhadap 184 responden yang dilaksanakan pada tanggal 23 Januari sampai dengan 10 Februari 2020 maka dapat disimpulkan bahwa :

- a. Tingkat *nomophobia* pada mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar masih dalam kategori sedang
- b. *Self-control* pada mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar pada umumnya memiliki *self-control* yang masih kurang
- c. Terdapat hubungan antara *self-control* dengan *nomophobia* pada mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar

B. Saran

- a. Bagi mahasiswa

Disarankan kepada mahasiswa untuk lebih meningkatkan *self-control* khususnya dalam hal penggunaan *smartphone* agar lebih bijak dalam menggunakan *smartphone*, mengikuti kegiatan-kegiatan atau organisasi yang lebih bermanfaat, sering berdiskusi dengan teman tidak hanya selalu bergantung pada *smartphone* terlebih dalam hal pengerjaan tugas “*copy-paste*” dan bisa lebih meningkatkan komunikasi antar sesama mahasiswa di STIK Stella Maris Makassar.

- b. Bagi kampus

Diharapkan kepada institusi agar tetap mempertahankan peraturan yang sudah ada terlebih dalam hal ketertiban penggunaan *smartphone* saat proses pembelajaran.

- c. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan agar penelitian ini dapat dijadikan referensi dan hendaknya melakukan penelitian pada subjek yang lebih luas atau dengan variabel lain yang dapat mempengaruhi, menggunakan instrumen pengumpulan data yang lebih beragam sehingga data yang diperoleh bisa lebih lengkap dan dapat dikembangkan lebih luas. Serta

menambah teori-teori baru atau faktor-faktor lain yang bisa mempengaruhi *self-control* maupun *nomophobia*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aguilera-Manrique, G., Márquez-Hernández, V. V., Alcaraz-Córdoba, T., Granados-Gámez, G., Gutiérrez-Puertas, V., & Gutiérrez-Puertas, L. (2018). The Relationship Between Nomophobia And The Distraction Associated With Smartphone Use Among Nursing Students In Their Clinical Practicum. *PLoS ONE*. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0202953>
- Agusta, D. (2016). Faktor-faktor risiko kecanduan menggunakan smartphone pada siswa di SMK negeri 1 Kalasan Yogyakarta. *E-journal bimbingan dan konseling*, 3(5), 86-96
- Ahmed, S., Pokhrel, N., Roy, S., & Samuel, A. J. (2019). Impact Of Nomophobia: A Nondrug Addiction Among Students Of Physiotherapy Course Using An Online Cross-Sectional Survey. *Indian Journal of Psychiatry*. https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_361_18
- APJII. (2018). Survei APJII: Penetrasi Internet di Indonesia Capai 143 Juta Jiwa. *Buletin APJII*, p. 7.
- Asih, A. T., & Fauziah, N. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecemasan Jauh. *Jurnal Empati*.
- Baumeister, R. F., & Tierney, J. (2012). *Willpower: Rediscovering the greatest human strength*. Penguin. <https://doi.org/10.1080/17439760.2012.711350>
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Cyberpsychology and Behavior*. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>
- Bivin, J., Mathew, P., Thulasi, P., & Philip, J. (2013). *Nomophobia-Do We Really Need To Worry About?* 1–5. Retrieved from http://figshare.com/articles/Comparison_Of_Two_Dna_Extraction_Methods_Using_The_RT_PCR/709549
- Bragazzi, N. L., & Puente, G. Del. (2014). *A Proposal For Including Nomophobia In The New DSM-V*. 155–160.
- Chaplin, J. P. (2008). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Chita, R. C. M., David, L., & Pali, C. (2015). Hubungan Antara Self-Control Dengan Perilaku Konsumtif Online Shopping Produk Fashion Pada Mahasiswa Fakultas

- Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Angkatan 2011. *Jurnal E-Biomedik*.
<https://doi.org/10.35790/ebm.3.1.2015.7124>
- Chóliz, M. (2012). Mobile-phone addiction in adolescence: The Test of Mobile Phone Dependence (TMD). *Progress in Health Sciences*, 2(1)(January 2012), 33–44.
- Diponegoro, A. M. (2013). Hubungan Pola Asuh Otoritatif, Kontrol Diri, Ketrampilan Komunikasi dengan Agresivitas Siswa. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v2i2.2578>
- Fadilah, R. (2015). Perilaku Konsumtif Mahasiswa Universitas Gadjah Mada Dalam Menggunakan Gadget. <http://etd.repository.ugm.ac.id/index.php?mod=opac&sub=Opac&act=view&typ=html&self=1&op=opac> .
- Farooqui, I. A., Pore, P., & Gothankar, J. (2018). Nomophobia: an emerging issue in medical institutions? *Journal of Mental Health*.
<https://doi.org/10.1080/09638237.2017.1417564>
- Gandawijawa, & Leonardus Edwin. (2017). Hubungan antara kontrol diri dan agresi elektronik pada pengguna media sosial di masa transisi menuju dewasa. *Skripsi Psikologi*.
- Gezgin, D. M., & Çakır, Ö. (2016). Analysis Of Nomophobic Behaviors Of Adolescents Regarding Various Factors. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2504.
<https://doi.org/10.14687/jhs.v13i2.3797>
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2016). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Goleman. (1998). *Kecerdasan Emotionalgoleman*. Jakarta: Granmedia Pustaka Umum.
- Hanika, I. M. (2015). Fenomena Phubbing Di Era Milenial (Ketergantungan Seseorang Pada Smartphone Terhadap Lingkungannya). *Jurnal Interaksi*, 4, 42–51.
- Hou, C. K. (2019). *by Self-Control and Technology Usage*. 1 of 33.
- Hussain, I., & Adeeb, M. A. (2009). Role Of Mobile Technology In Promoting Campus-Wide Learning Environment. *Turkish Online Journal of Educational Technology*.
- Indah Haryani, & Jhon Herwanto. (2014). Hubungan Konformitas dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Terhadap Produk Kosmetik pada Mahasiswi. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 11(Juni), 5–11.

- Jiang, Z., & Zhao, X. (2016). Self-control and problematic mobile phone use in Chinese college students: The mediating role of mobile phone use patterns. *BMC Psychiatry*, 16(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12888-016-1131-z>
- Jiao, W. J., Min, Q. W., Li, W. H., & Fuller, A. M. (2015). *Measuring Water Ecological Carrying Capacity With The Ecosystem-Service-Based Ecological Footprint (ESEF) Method: Theory, Models And Application*. *Chinese Journal of Applied Ecology*, 26(4), 1041–1048.
- Kail, R. V. (2010). *Children and their development*. New Jersey: Pearson Educationn.\
- Kalaskar, P. B. (2015). A Study Of Awareness Of Development Of Nomophobia Condition In Smartphone User Management Students In Pune City. *ASM's International E-Journal Ongoing Research in Management and IT*, 320-326. E-ISSN: 2320-0065.
- Karuniawan, A., & cahyanti, I. Y. (2013). Hubungan antara academic stress dengan smartphone addiction pada mahasiswa pengguna smartphoeneo Title. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*. 2(1).
- Kaur, A., Sharma, P., & Manu. (2015). A Descriptive Study to Assess the Risk of Developing Nomophobia among Students of Selected Nursing Colleges Ludhiana, Punjab. *International Journal of Psychiatric Nursing*. <https://doi.org/10.5958/2395-180x.2015.00051.1>
- King, A. L. S., Valença, A. M., Silva, A. C. O., Baczynski, T., Carvalho, M. R., & Nardi, A. E. (2013). Nomophobia: Dependency on virtual environments or social phobia? *Computers in Human Behavior* <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.025>
- King, A. L. S., Valença, A. M., & Nardi, A. E. (2010). 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>
- Mayangsari, A,P & Ariana, A,D. (2015). Hubungan Antara Self Esteem dengan Kecenderungan Nomophobia pada Remaja. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, Volume 04, Nomor 03: 157 – 163
- Mudiarni, M. (2018). *Hubungan antara Kontrol diri dan Smartphone Addiction pada Mahasiswa*.

- Mulyati, T., & NRH, F. (2018). *Kecanduan Smartphone Ditinjau Dari Kontrol Diri Dan Jenis Kelamin Pada Siswa Sma Mardasiswa Semarang*. 7(Nomor 4), 152–161.
- Muna, R., & Astuti, T. (2014). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Akhir. *Empati*, 3(4), 481–491.
- Nagpal, Sharoj S., & Kaur, R. (2016). Nomophobia: The Problem Lies at Our Fingers. *Indian Journal of Health and Wellbeing.*, 7 (12), 1135– 1139.
- Nishad, P., & Rana, A. S. (2016). Impact Of Mobile Phone Addiction Among College Going Students. *ADVANCE RESEARCH JOURNAL OF SOCIAL SCIENCE*. <https://doi.org/10.15740/has/arjss/7.1/111-115>
- Novitasari, D. (2018). Pelatihan Managemen Diri Untuk Menurunkan Nomophobia Pada Mahasiswa. Tesis Magister Psikolog Profesi. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Oulasvirta, A., Rattenbury, T., Ma, L., & Raita, E. (2012). Habits Make Smartphone Use More Pervasive. *Personal And Ubiquitous Computing*. <https://doi.org/10.1007/s00779-011-0412-2>
- Ozdemir, B., Cakir, O., & Hussain, I. (2018). Prevalence Of Nomophobia Among University Students: A Comparative Study Of Pakistani And Turkish Undergraduate Students. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*. <https://doi.org/10.29333/ejmste/84839>.
- Pavithra MB, Suwarna Madhukumar, M. M. (2015). A Study On Nomophobia - Mobile Phone Dependence , Among Students Of A Medical. *National Journal of Community Medicine*, 340-344 .
- Prasyatiani, T., Hijriarahmah, D., & Solamat, L. A. (2017). Seven Magic Days To Prevent Nomophobia. *4th International Conference On Education And Social Sciences (Intcess 2017)*.
- Park, G., R., Moon, G., W., Yang, D., H. (2014). The Moderation Effect Of Smartphone Addiction In Relationship Between Self-Leadership And Innovative Behavior. *International Journal of Social, Management, Economics and Business Engineering*. 5-8
- Rabathy, Qisthy. (2018). Nomophobia Sebagai Gaya Hidup Mahasiswa Generasi Z. *Jurnal Linimasa*. Vol.1 No. 1. Hal 33-44.
- Rohim, S. (2016). *Teori Komunikasi : Perspektif, Ragam, dan Aplikasi*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.

- Shanahan, M. J., & Neufeld, R. W. J. (2010). Coping With Stress Through Decisional Control: Quantification Of Negotiating The Environment. *British Journal of Mathematical and Statistical Psychology*.
<https://doi.org/10.1348/000711009X480640>
- Soliha, S. F. (2015). *Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial dan Kecemasan Sosial*. 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.14710/interaksi,4,1,1-10>
- Sudarji, S. (2018). Hubungan Antara Nomophobia Dengan Kepercayaan Diri. *Psibernetika*. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v10i1.1041>
- Syamsoedin, W. K. P., Bidjuni, H., & Wowiling, F. (2015). Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Remaja Di Sma Negeri 9 Manado. *Ejournal Keperawatan (e-Kp)*, 3, 1–10.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High Self-Control Predict Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, And Interpersonal Success. *Journal of Personality*, 72 (2), 271–282.
- Teng, Z., Li, Y., & Liu, Y. (2014). Online Gaming, Internet Addiction, and Aggression In Chinese Male Students: The Mediating Role Of Low Self-Control. *International Journal of Psychological Studies*.
<https://doi.org/10.5539/ijps.v6n2p89>
- Townsend, A. M. (2000). Life In The Real-Time City: Mobile Telephones And Urban Metabolism. *Journal of Urban Technology*. <https://doi.org/10.1080/713684114>
- Tran, D. (2016). Classifying Nomophobia as Smart-Phone Addiction Disorder. *UC Merced Undergraduate Research Journal*.
- Tripambudi, B., & Indrawati, E. S. (2018). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pembelian Gadget Pada Mahasiswa Teknik Industri Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*. Hal 189-195
- Wan, C. S., & Chiou, W. (2006). Why are adolescents addicted to online gaming? an interview study in taiwan. *Cyber Psychology & Behavior*, 9(6).
- Widiana, H. S., Retnowati, S., & Hidayar, R. (2004). Kontrol Diri Dan Kecenderungan Internet. *Indonesian Psychological Journal*, 1(1), 6-16.
- Yildirim, C. (2014). *Exploring The Dimensions Of Nomophobia: Developing And Validating A Questionnaire Using Mixed Methods Research*. Retrieved from <http://lib.dr.iastate.edu/etd>
- Yuwanto, L. (2010). *Mobile Phone Addict*. Surabaya: CV. Putra Media Nusantara.

Lampiran 2

LEMBARAN KONSUL

Nama dan NIM : 1. Nama : Yasinta Patrisia Gertrudis

Nim : C1614201095



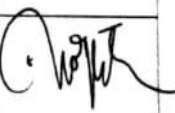






2. Nama : Yuslindasari
















Nim : C1614201097


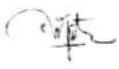




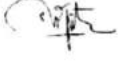
Program Studi : S1 keperawatan

Judul Penelitian : Hubungan Kontrol Diri (*Self-Control*) dengan *Nomophobia (No Mobile Phone phobia)* Pada Mahasiswa S1 Keperawatan STIK STELLA MARIS MAKASSAR

Pembimbing : Fr. Blasius Perang, CMM,SS.,Ma.Psy

No	Hari/ Tanggal	Materi Konsul	Tanda Tangan		
			Peneliti		Pembimbing
			I	II	
1.	Kamis, 12 september 2019	Konsultasi judul penelitian ACC judul			
2.	Senin, 15 september 2019	Konsultasi jurnal			
3.	Senin, 23 September 2019	Konsul BAB I • Latar belakang • Rumusan masalah • Manfaat penelitian • Perbaiki urutan pengetikan			

4.	Senin, 30 September 2019	Konsul BAB I <ul style="list-style-type: none"> • Perhatikan pengetikan • Gunakan bahasa pribadi 			
5.	Selasa, 1 November 2019	ACC BAB I Lanjut BAB II			
6.	Senin, 14 Oktober 2019	Konsul BAB II <ul style="list-style-type: none"> • Tambahkan referensi • Tambahkan fenomena nomophobia di kalangan orang muda milenial • Tambahkan kontrol diri pada mahasiswa 			
7.	Rabu, 16 Oktober 2019	Konsul BAB II <ul style="list-style-type: none"> • Perhatikan tanda baca • Perhatikan pengetikan • Tambah referensi 			
8.	Jumat, 18 Oktober 2019	Konsul BAB II & III <ul style="list-style-type: none"> • ACC BAB II • Parameter & skala 			

9	Kamis, 24 Oktober 2019	Konsul BAB III & BAB IV • Tambahkan nilai validitas & reabilitas	<i>Jub</i>	<i>Yuf</i>	
10	Selasa, 05 November 2019	Konsul BAB I, II, III, dan IV • ACC BAB III dan BAB IV	<i>Jub</i>	<i>Yuf</i>	
11	Senin, 17 Februari 2020	Konsul BAB V • Tambahkan referensi	<i>Jub</i>	<i>Yuf</i>	
12	Selasa, 18 Februari 2020	Konsul BAB V • Tambahkan referensi • Perbaiki pengetikan	<i>Jub</i>	<i>Yuf</i>	
13	Jumat, 21 Februari 2020	Konsul BAB V • Perhatikan susunan kalimat	<i>Jub</i>	<i>Yuf</i>	
14	Senin, 24 Februari 2020	Konsul BAB V • ACC	<i>Jub</i>	<i>Yuf</i>	
15	Senin, 02 Maret 2020	Konsul BAB VI dan Abstrak • ACC	<i>Jub</i>	<i>Yuf</i>	

Lampiran 3

Kepada Yth.

Ketua STIK Stella Maris

Di –

Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka Tugas Akhir Mahasiswa Program Sarjana Keperawatan dan Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar Tahun Akademik 2019/2020, maka dengan ini kami mohon bantuannya kiranya berkenan memberi izin melaksanakan penelitian di STIK Stella Maris Makassar.

Adapun mahasiswa yang akan melaksanakan penelitian tersebut :

1. Nama : Yasinta Patrisia Gertrudis
NIM : C1614201095
Tempat/Tgl.Lahir : Wamena, 18 Maret 1999
2. Nama : Yuslindasari
NIM : C1614201097
Tempat/Tgl.Lahir : Kalempeng, 02 Desember 1997

Judul Penelitian: “Hubungan *Self-Control* Dengan *Nomophobia* Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Di Stik Stella Maris Makassar”

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Makassar, 25 November 2019

Peneliti I

Peneliti II

Yasinta Patrisia Gertrudis

NIM : C1614201095

Yuslindasari

NIM : C1614201097

Lampiran 4

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (inisial) :

Umur :

Jenis kelamin : P / L

Dengan ini saya bersedia berpartisipasi secara suka rela dan tanpa paksaan sebagai responden setelah mendapat penjelasan dari peneliti, dalam penelitian yang dilakukan oleh saudari Yasinta Patrisia Gertrudis dan Yuslindasari selaku mahasiswa S1 Keperawatan di STIK Stella Maris Makassar dengan judul “Hubungan *Self-Control* Dengan *Nomophobia* Pada Mahasiswa Program S1 Keperawatan Di STIK Stella Maris Makassar”, dengan mengisi kuesioner yang diberikan.

Penelitian ini tidak akan merugikan saya ataupun berakibat buruk bagi saya dan keluarga saya, maka jawaban yang saya berikan adalah yang sebenarnya.

Makassar, 10 Februari 2020

Responden

(.....)

Lampiran 5

LEMBAR KUESIONER

Skala NMP-Q (*nomophobia questionnaire*)

JUDUL : Hubungan *self-control* Dengan *Nomophobia (No Mobile Phone Phobia)* Pada Mahasiswa S1 Keperawatan Di Stik Stella Maris Makassar

Nama (inisial) :

semester :

Umur/ JK : (L / P)

1. Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan, baca dan pahami baik-baik pernyataan tersebut.
2. Saudara/i diminta untuk memilih salah satu jawaban yang paling mewakili/menggambarkan kondisi anda yang sebenarnya.
3. Apapun jawaban saudara/i tidak berpengaruh dalam perkuliahan dan jawab dari angket ini akan dirahasiakan.
4. Terdapat 3 (Tiga) pilihan jawaban sebagai berikut:
S (sesuai)
N (Netral)
TS (Tidak Sesuai)
5. Berilah tanda checklist (√) pada pilihan jawaban teman-teman pada kolom yang tersedia.

No	Pernyataan	S	N	TS
1.	Saya akan merasa tidak nyaman apabila akses tidak stabil untuk mencari informasi dari <i>Smartphone</i>			
2.	Saya merasa terganggu apabila tidak mendapatkan informasi sesuai yang saya inginkan dari <i>smartphone</i> saya			
3.	Tidak mendapat informasi (contoh: berita			

	terkini, cuaca,dll) pada <i>smartphone</i> membuat saya gelisah			
4.	Saya akan merasa terganggu apabila tidak dapat menggunakan kemampuan <i>smartphone</i> pada saat saya menginginkannya			
5.	Ketika baterai habis (<i>low battery</i>) membuat saya merasa gelisah			
6.	Saya akan merasa panik apabila kuota/paket internet <i>smartphone</i> saya habis			
7.	Apabila tidak ada sinyal ataupun jaringan wifi, maka saya akan rutin mengecek sinyal atau mencari wifi			
8.	Apabila saya tidak menggunakan HP, maka saya akan merasa takut/cemas apabila tersesat di suatu tempat			
9	Ketika saya menyimpan <i>smartphone</i> , maka akan muncul hasrat untuk mengecek <i>smartphone</i> yang saya miliki			
10	Saya akan merasa cemas karena tidak dapat berkomunikasi langsung dengan teman atau keluarga			
11	Saya akan merasa khawatir karena teman atau keluarga tidak dapat menghubungi saya			
12	Saya merasa gelisah karena tidak dapat menerima SMS/telepone			
13	Saya akan merasa cemas karena tidak selalu tersambung dengan teman atau keluarga			
14	Saya akan merasa gelisah karena tidak mengetahui apabila seseorang menghubungi saya			

15	Saya merasa cemas karena koneksi pada teman atau keluarga menjadi <i>blank</i>			
16	Saya akan merasa gugup/gelisah apabila tidak tersambung dengan identitas pada dunia maya yang saya miliki			
17	saya merasa tidak nyaman karena tidak selalu <i>up-to date</i> dengan media sosial/internet			
18	Saya akan merasa canggung karena tidak bisa mengecek notifikasi terbaru dari media sosial/aplikasi lainnya			
19	Saya akan merasa cemas karena tidak dapat mengecek pesan/inbox (email, whatsapp, messenger, instagram,dll)			
20	Saya akan merasa aneh karena tidak tahu apa yang saya akan lakukan			

LEMBAR KUESIONER

Skala Kontrol Diri

1. Berikut ini terdapat sejumlah pernyataan, baca dan pahami baik-baik pernyataan tersebut.
2. Saudara/i diminta untuk memilih salah satu jawaban yang paling mewakili/menggambarkan kondisi anda yang sebenarnya.
3. Apapun jawaban saudara/i tidak berpengaruh dalam perkuliahan dan jawaban dari angket ini akan dirahasiakan.
4. Terdapat 4 (empat) pilihan jawaban sebagai berikut :
SS (Sangat Sesuai) TS (Tidak Sesuai)
S (Sesuai) STS (Sangat Tidak Sesuai)
5. Berilah tanda checklist (√) pada pilihan jawaban teman-teman pada kolom yang tersedia,

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya tidak tergesa-gesa dalam mengambil keputusan				
2	Saya bisa menempatkan diri saya sesuai situasi				
3	Meskipun sedang menghadapi banyak masalah, saya mampu untuk tetap tenang				
4	Saya tetap bisa berkonsentrasi walaupun dalam situasi ramai				
5	Saya selalu optimis apabila menemukan hambatan				
6	Saya akan menyeleksi masukan dari teman sebelum melaksanakannya				

7	Saya mudah putus asa apabila saya mengalami kegagalan				
8	Ketika saya sedang melakukan pekerjaan, saya tidak mudah terganggu dengan kegemaran dan hobi saya				
9	Saya tetap tenang saat mengerjakan pekerjaan atau tugas walaupun waktu pengumpulan sudah dekat				
10	Saya tahu kapan harus bertindak atau diam dalam suatu situasi				
11	Saya sulit menempatkan diri saya dalam lingkungan baru				
12	Saya lebih baik menahan diri ketika akan marah				
13	Saat sedang melakukan pekerjaan, saya tidak akan membalas sms atau chat yang masuk				
14	Saya selalu menjaga sikap saya apabila bertemu dosen				
15	Lebih baik berpikir dahulu sebelum bertindak				
16	Saat sedang bosan, saya akan mencari kesibukan yang lain				
17	Saya lebih memprioritaskan bidang akademik (kegiatan perkuliahan) dari pada hobi yang saya sukai				
18	Ketika saya melakukan kesalahan dalam suatu tugas, maka saya akan memperbaiki				

	tugas tersebut agar mendapat nilai yang baik				
19	Ketika mengambil keputusan, saya akan berpikir dari banyak sudut pandang				
20	Ketika ada masalah, saya akan tetap berpikir positif				
21	Saya menerima dengan baik, kritikan yang ditujukan pada saya				
22	saya bisa memaafkan perbuatan orang lain walaupun hal tersebut menyakitkan				
23	Saya cepat-cepat memutuskan sesuatu tanpa pertimbangan yang matang				
24	Ketika saya tertekan, saya berusaha mengingat hal-hal yang membuat saya senang				
25	Saya berusaha menikmati suatu tugas yang sudah menjadi kewajiban, agar saya tidak merasa tertekan				
26	Saya selalu mempertimbangkan apa yang saya inginkan				
27	Saya akan segera mengatasi suatu kesulitan agar masalah tidak menumpuk				
28	Saya bisa memetik hikmah positif dari suatu kegagalan				
29	sebelum saya melangkah kemanapun, saya akan membuat pertimbangan yang matang terlebih dahulu				
30	Saya akan berpikir panjang untuk melanggar				

	suatu peraturan				
--	-----------------	--	--	--	--



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
STELLA MARIS**

TERAKREDITASI BAN-PT
PROGRAM DIII, S1 KEPERAWATAN DAN NERS
Jl. Maipa No. 19 Telp. (0411) 8005319 Makassar
Website : www.stiksstellamarismks.ac.id, stiksm_mks@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 108 / STIK-SM / S1.056/ II /2020

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Siprianus Abdu, S.Si.,Ns.,M.Kes
NIDN : 0928027101
Jabatan : Ketua STIK Stella Maris Makassar

Menerangkan bahwa :

1. Nama : Yasinta Patrisia Gertrudis
NIM : C1614201095
Program : S-1 Keperawatan
2. Nama : Yuslindasari
NIM : C1614201097
Program : S-1 Keperawatan

Yang bersangkutan telah selesai melaksanakan penelitian pada tanggal 10 Februari 2020 di STIK Stella Maris Makassar, berdasarkan surat permohonan izin penelitian yang bersangkutan kepada Ketua STIK Stella Maris Makassar, untuk menyelesaikan penelitian dengan judul :

“Hubungan Self-Control dengan Nomophobia pada Mahasiswa Program S-1 Keperawatan di STIK Stella Maris Makassar”.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 27 Februari 2020

Ketua,

Siprianus Abdu, S.Si.,Ns.,M.Kes
NIDN. 0928027101

Lampiran 7

Master Tabel

NO	INISIAL	UMUR	KODE	JK	KODE	TINGKAT	KODE	NOMOPHOBIA																				TOTAL	KETERANGAN	KODE
								1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
1	I	18	1	P	2	I	1	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	56	berat	3	
2	R	18	1	P	2	I	1	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	56	berat	3	
3	A	19	1	p	2	I	1	3	3	2	3	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	3	1	1	1	1	1	40	sedang	2
4	O	19	1	p	2	I	1	3	3	1	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	2	2	1	43	sedang	2
5	J	17	1	L	1	I	1	4	4	3	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	68	berat	3	
6	A	21	2	L	1	I	1	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	53	berat	3
7	P	17	1	L	1	I	1	3	3	2	2	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	30	rendah	1	
8	S	20	2	L	1	I	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	2	52	berat	3
9	S	19	1	P	2	I	1	3	3	2	3	1	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	49	berat	3
10	YT	18	1	L	1	I	1	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	50	berat	3
11	I	18	1	P	2	I	1	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	48	berat	3
12	D	18	1	P	2	I	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	44	sedang	2
13	V	18	1	P	2	I	1	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	1	2	2	3	3	51	berat	3	
14	M	18	1	L	1	I	1	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	53	berat	3
15	MT	18	1	P	2	I	1	3	3	2	1	1	3	2	1	3	3	1	1	3	1	3	1	2	3	1	1	39	sedang	2
16	BRR	18	1	L	1	I	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	52	berat	3
17	J	18	1	L	1	I	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	46	sedang	2
18	E	18	1	P	2	I	1	3	2	2	3	1	1	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	46	sedang	2
19	Y	20	2	P	2	I	1	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	48	berat	3
20	L	18	1	P	2	I	1	2	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	1	46	sedang	2
21	F.K	19	1	L	1	I	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	46	sedang	2
22	M	19	1	P	2	I	1	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	3	2	2	2	3	2	48	berat	3
23	A	19	1	P	2	I	1	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	1	2	1	3	1	1	2	1	2	2	42	sedang	2
24	A	18	1	P	2	I	1	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	50	berat	3
25	D	19	1	P	2	I	1	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	54	berat	3

26	I	18	1	P	2	I	1	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	56	berat	3	
27	NY	18	1	P	2	I	1	2	1	1	3	3	2	3	1	3	2	1	1	2	2	2	3	1	1	2	2	38	sedang	2
28	GL	17	1	P	2	I	1	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	31	rendah	1
29	T	18	1	L	1	I	1	2	3	3	2	2	3	2	2	1	1	1	3	3	2	3	3	3	3	3	48	berat	3	
30	VP	17	1	L	1	I	1	1	1	2	1	3	3	2	2	3	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	3	33	sedang	2
31	APS	20	2	P	2	I	1	1	2	1	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	47	berat	3
32	YH	20	2	L	1	I	1	2	1	2	3	2	3	1	3	2	3	3	1	2	3	3	2	2	2	2	2	44	sedang	2
33	YY	19	1	P	2	I	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	53	berat	3
34	YY	18	1	P	2	I	1	2	3	2	2	2	2	3	1	1	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	1	42	sedang	2
35	H	18	1	P	2	I	1	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3	2	2	3	2	3	1	1	2	2	1	45	sedang	2
36	I	19	1	P	2	I	1	3	3	1	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	50	berat	3
37	A	18	1	P	2	I	1	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	1	49	berat	3
38	J	18	1	P	2	I	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	53	berat	3
39	S	18	1	P	2	I	1	3	3	3	2	1	3	3	1	2	2	3	2	3	2	1	2	1	3	3	2	45	sedang	2
40	YA	18	1	P	2	I	1	3	2	2	3	3	3	1	3	2	2	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	37	sedang	2
41	E	20	2	P	2	I	1	3	3	1	2	3	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	39	sedang	2
42	A	18	1	P	2	I	1	2	3	1	3	3	2	1	3	3	3	3	1	1	2	2	3	3	2	3	3	47	berat	3
43	H	18	1	P	2	I	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	56	berat	3	
44	V	18	1	P	2	I	1	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	1	1	1	1	1	42	sedang	2
45	N	18	1	P	2	I	1	3	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	38	sedang	2
46	F	19	1	P	2	I	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	1	3	3	52	berat	3	
47	A.Y	18	1	P	2	I	1	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	45	sedang	2
48	BNVL	17	1	P	2	I	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	55	berat	3
49	LP	18	1	P	2	I	1	3	3	2	2	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	1	38	sedang	2
50	A	18	1	P	2	I	1	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	54	berat	3	
51	SAJ	17	1	P	2	I	1	2	3	1	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	46	sedang	2
52	L	18	1	P	2	I	1	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	55	berat	3
53	FS	17	1	L	1	I	1	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	1	1	2	2	1	1	1	1	3	42	sedang	2
54	MFR	21	2	L	1	I	1	3	1	1	1	2	2	1	3	2	3	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	33	sedang	2
55	N	19	1	L	1	I	1	3	3	2	3	3	3	1	3	2	3	3	2	1	3	1	2	3	2	3	3	49	berat	3
56	Y	20	2	L	1	I	1	3	2	2	3	1	2	1	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	47	berat	3

57	A	19	1	L	1	I	1	3	3	2	2	1	1	1	1	2	3	3	1	2	2	3	1	1	2	2	2	38	sedang	2
58	A N	19	1	L	1	II	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	51	berat	3
59	T	19	1	L	1	II	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	46	sedang	2
60	E	19	1	P	2	II	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	50	berat	3
61	K	20	2	P	2	II	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	1	3	41	sedang	2
62	B	18	1	P	2	II	2	3	3	2	3	3	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	3	1	42	sedang	2
63	HL	20	2	P	2	II	2	2	2	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	3	1	2	2	1	1	2	3	43	sedang	2
64	O	19	1	P	2	II	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	52	berat	3
65	G	19	1	L	1	II	2	3	3	3	3	2	2	2	1	1	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	46	sedang	2
66	L	19	1	P	2	II	2	2	3	1	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	51	berat	3
67	D	19	1	P	2	II	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	46	sedang	2
68	H	20	2	P	2	II	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2	1	1	1	3	2	46	sedang	2
69	L	19	1	P	2	II	2	2	2	1	2	1	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	43	sedang	2
70	J	19	1	P	2	II	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	56	berat	3	
71	S	19	1	L	1	II	2	2	2	1	3	3	2	1	3	3	3	3	3	2	2	3	2	1	2	3	3	47	berat	3
72	R	20	2	P	2	II	2	3	2	1	3	3	3	1	1	2	3	3	2	3	2	3	2	1	1	2	1	42	sedang	2
73	A	21	2	P	2	II	2	2	2	3	1	1	1	3	1	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	1	1	36	sedang	2
74	R	20	2	P	2	II	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	57	berat	3
75	A	20	2	L	1	II	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	54	berat	3	
76	M	19	1	P	2	II	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	2	3	1	1	1	2	2	2	36	sedang	2
77	S	20	2	P	2	II	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	57	berat	3
78	A	19	1	P	2	II	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	3	3	2	3	3	2	2	1	43	sedang	2
79	S	19	1	P	2	II	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	56	berat	3	
80	R	19	1	P	2	II	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	46	sedang	2
81	V	19	1	L	1	II	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	51	berat	3
82	E	19	1	L	1	II	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	45	sedang	2
83	F	20	2	P	2	II	2	3	3	2	2	1	2	3	2	2	3	3	1	2	1	3	2	2	2	2	1	42	sedang	2
84	C	18	1	P	2	II	2	3	2	2	1	1	2	2	1	2	2	3	1	2	1	2	1	2	1	1	1	33	sedang	2
85	R	18	1	L	1	II	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	54	berat	3
86	YY	20	2	P	2	II	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	44	sedang	2
87	R	18	1	P	2	II	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	3	2	2	1	1	2	1	1	1	2	1	34	sedang	2

88	RP	19	1	P	2	II	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	27	rendah	1	
89	ER	20	2	P	2	II	2	2	2	2	3	2	1	1	3	2	3	3	2	2	1	3	2	1	2	2	3	42	sedang	2	
90	E	21	2	L	1	II	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60	berat	3	
91	M	19	1	P	2	II	2	3	2	1	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	43	sedang	2	
92	ES	19	1	L	1	II	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	50	berat	3	
93	CDP	19	1	P	2	II	2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	31	rendah	1	
94	U	22	2	P	2	II	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	58	berat	3	
95	A	19	1	P	2	II	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	1	1	1	3	1	1	2	2	2	40	sedang	2	
96	K	19	1	P	2	II	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	1	48	berat	3	
97	K	19	1	P	2	II	2	3	3	2	3	2	2	1	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	1	50	berat	3	
98	V	19	1	P	2	II	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	46	sedang	2	
99	D	19	1	P	2	II	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	46	sedang	2	
100	Y	19	1	P	2	II	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	52	berat	3	
101	V	19	1	P	2	II	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	46	sedang	2	
102	G	19	1	L	1	II	2	3	2	2	2	2	1	1	2	2	3	3	2	3	2	3	1	1	1	2	1	39	sedang	2	
103	NPFM	20	2	P	2	II	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	51	berat	3	
104	AM	20	2	L	1	II	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	47	berat	3	
105	JP	19	1	P	2	II	2	3	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	1	1	3	2	49	berat	3	
106	MP	19	1	P	2	II	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	47	berat	3	
107	R	19	1	P	2	II	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	35	sedang	2	
108	MA	19	1	P	2	II	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	1	2	1	2	2	41	sedang	2
109	M	19	1	P	2	II	2	3	1	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	53	berat	3	
110	BA	20	2	P	2	II	2	3	3	2	3	2	3	1	3	2	3	3	2	3	2	3	1	1	2	2	3	47	berat	3	
111	DAP	19	1	P	2	II	2	3	2	2	2	1	1	1	3	2	3	2	2	2	1	3	1	1	1	2	1	36	sedang	2	
112	LGP	18	1	P	2	II	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	54	berat	3	
113	RI	20	2	P	2	II	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	2	2	2	2	1	1	2	2	43	sedang	2	
114	AS	20	2	P	2	II	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	1	1	3	2	46	sedang	2	
115	MK	19	1	P	2	II	2	3	3	3	3	1	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	47	berat	3	
116	AL	19	1	L	1	II	2	2	3	1	2	2	2	2	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	43	sedang	2	
117	S	19	1	P	2	II	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	1	2	2	2	2	44	sedang	2	
118	MG	19	1	P	2	II	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	45	sedang	2	

119	TB	19	1	L	1	II	2	3	3	3	3	3	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	46	sedang	2		
120	YCF	19	1	P	2	II	2	2	1	2	3	2	2	2	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	47	berat	3		
121	D	20	2	p	2	II	2	1	1	3	2	2	3	1	3	2	3	3	1	2	3	3	3	2	2	3	2	45	sedang	2	
122	CPB	19	1	L	1	II	2	2	2	1	3	3	1	2	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	46	sedang	2		
123	CA	20	2	P	2	II	2	3	2	2	2	3	3	1	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	48	berat	3	
124	E	21	2	P	2	II	2	3	3	3	2	2	1	1	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	47	berat	3	
125	F	20	2	L	1	II	2	1	3	1	3	2	2	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	50	berat	3	
126	F	20	2	p	2	II	2	1	3	1	2	1	3	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	48	berat	3	
127	DT	20	2	P	2	II	2	3	2	3	2	3	3	1	3	2	3	2	2	2	2	3	1	1	2	2	3	45	sedang	2	
128	D	20	2	P	2	II	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	49	berat	3	
129	ALS	20	2	P	2	II	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	47	berat	3	
130	Y	20	2	P	2	II	2	3	3	1	3	1	1	3	3	1	3	3	1	3	1	1	1	3	3	3	1	42	sedang	2	
131	A	20	2	p	2	II	2	3	3	1	3	1	1	3	3	1	3	3	1	3	1	1	1	3	3	3	1	42	sedang	2	
132	Y	20	2	P	2	III	3	3	3	1	3	1	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	44	sedang	2	
133	Z	22	2	L	1	III	3	3	3	2	3	3	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	46	sedang	2	
134	Y	19	1	P	2	III	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	53	berat	3	
135	Q	18	1	P	2	III	3	3	3	2	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	1	1	1	2	1	46	sedang	2	
136	A	21	2	p	2	III	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	48	berat	3	
137	C	19	1	P	2	III	3	3	3	1	3	1	1	1	2	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	47	berat	3	
138	V	20	2	P	2	III	3	3	3	1	3	1	1	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	1	45	sedang	2	
139	VM	20	2	P	2	III	3	3	3	2	2	1	2	2	1	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48	berat	3	
140	YP	20	2	P	2	III	3	3	3	1	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	1	2	2	49	berat	3	
141	F	19	1	P	2	III	3	2	2	1	2	2	3	2	1	2	3	2	2	3	2	3	1	1	1	2	1	38	sedang	2	
142	F	20	2	P	2	III	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	1	1	3	3	48	berat	3	
143	T	22	2	P	2	III	3	3	3	2	2	2	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	32	rendah	1
144	SP	19	1	P	2	III	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	50	berat	3	
145	R	20	2	P	2	III	3	2	2	2	2	1	2	1	3	2	3	3	2	3	2	3	1	2	1	3	3	43	sedang	2	
146	S	20	2	P	2	III	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	1	1	1	2	3	47	berat	3	
147	O	20	2	P	2	III	3	2	2	2	2	1	2	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	29	rendah	1	
148	T	20	2	P	2	III	3	2	2	2	2	1	2	1	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	48	berat	3	
149	Z	21	2	P	2	III	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	51	berat	3	

150	FT	20	2	P	2	III	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	3	44	sedang	2	
151	A	21	2	P	2	III	3	3	3	1	3	2	2	1	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	48	berat	3	
152	FF	20	2	P	2	III	3	3	3	2	2	1	1	3	3	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	47	berat	3	
153	F	20	2	P	2	III	3	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	37	sedang	2	
154	F	20	2	p	2	III	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	47	berat	3	
155	I	22	2	P	2	III	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	46	sedang	2	
156	N	21	2	P	2	III	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	1	1	3	1	48	berat	3	
157	M	23	2	P	2	III	3	3	3	2	3	2	2	1	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	46	sedang	2	
158	N	20	2	P	2	III	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	46	sedang	2	
159	M	20	2	P	2	III	3	3	2	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	51	berat	3	
160	A	19	1	P	2	III	3	2	3	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	47	berat	3	
161	F	21	2	P	2	III	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	45	sedang	2	
162	L	21	2	P	2	III	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	52	berat	3	
163	M	21	2	P	2	III	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	1	1	3	2	49	berat	3	
164	M	19	1	P	2	III	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	2	32	rendah	1	
165	O	21	2	P	2	III	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	1	2	1	47	berat	3		
166	F	20	2	P	2	III	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	52	berat	3	
167	B	20	2	P	2	III	3	3	2	1	3	2	1	1	2	2	3	3	1	1	2	3	1	2	2	2	3	40	sedang	2	
168	S	22	2	P	2	III	3	3	3	2	2	1	1	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	45	sedang	2	
169	GF	20	2	P	2	III	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	46	sedang	2	
170	JT	21	2	P	2	III	3	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	46	sedang	2	
171	NR	21	2	P	2	III	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	39	sedang	2
172	MD	19	1	P	2	III	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57	berat	3	
173	F	20	2	P	2	III	3	2	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	36	sedang	2	
174	Y	20	2	P	2	III	3	3	2	1	3	1	3	1	3	2	3	2	2	2	3	3	1	2	2	3	3	45	sedang	2	
175	R	20	2	P	2	III	3	3	2	1	3	2	1	3	3	3	3	3	2	2	1	2	3	3	2	1	1	44	sedang	2	
176	R	20	2	P	2	III	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	32	rendah	1	
177	S	21	2	P	2	III	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	45	sedang	2	
178	SI	19	1	P	2	III	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	46	sedang	2	
179	CN	19	1	P	2	III	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24	rendah	1	
180	F	19	1	P	2	III	3	2	3	1	3	2	2	1	3	2	3	3	2	2	2	2	1	1	1	2	1	39	sedang	2	

181	G	19	1	P	2	III	3	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	2	27	rendah	1	
182	H	19	1	P	2	III	3	2	2	2	1	3	2	1	3	2	3	3	2	3	2	3	2	1	1	1	3	42	sedang	2
183	MM	19	1	P	2	III	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	52	berat	3
184	D	19	1	P	2	III	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	3	3	2	3	3	2	1	1	2	2	2	45	sedang	2

SELF-CONTROL																														TOTAL	KETERANGAN	KODE
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	2	1	1	3	2	3	2	2	72	kurang	2	
3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	1	2	1	2	1	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	73	kurang	2
2	4	4	1	3	3	4	3	1	4	4	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	1	4	4	4	4	98	baik	1
3	4	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	95	baik	1
2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	73	kurang	2
2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	4	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	72	kurang	2
4	4	1	1	3	4	1	3	4	1	4	2	1	3	4	4	4	4	4	3	4	1	4	2	4	2	3	4	4	3	90	baik	1
2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	3	2	2	1	2	2	3	3	3	3	4	3	73	kurang	2
3	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	73	kurang	2
2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	1	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	74	kurang	2
2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	86	baik	1
3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	71	kurang	2
3	4	3	2	3	3	1	2	4	4	3	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	4	96	baik	1
3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	2	3	71	kurang	2
3	4	4	1	3	4	3	2	4	4	4	1	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	103	baik	1
2	2	3	2	1	3	2	2	2	1	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	72	kurang	2
3	3	2	2	2	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	96	baik	1
3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	74	kurang	2
3	3	3	2	2	2	1	3	3	2	2	2	2	2	4	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	74	kurang	2
1	3	3	1	1	3	1	3	3	3	2	3	1	3	3	4	2	3	2	1	3	4	1	2	4	3	4	3	1	3	74	kurang	2
3	2	1	2	1	3	1	3	2	4	2	2	1	4	2	4	3	3	2	2	3	4	2	1	2	3	1	3	1	3	70	kurang	2

3	3	3	4	2	4	1	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	1	3	4	3	3	4	4	4	3	98	baik	1	
3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	2	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	99	baik	1	
2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	74	kurang	2	
3	2	2	1	2	3	2	2	1	3	1	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	74	kurang	2	
4	3	2	2	1	3	3	3	3	2	2	2	1	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	73	kurang	2	
3	3	2	3	3	4	4	1	1	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	102	baik	1	
2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	74	kurang	2	
3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	73	kurang	2	
3	2	3	1	2	2	1	2	2	3	4	1	2	3	2	4	3	3	4	2	2	1	1	2	2	2	3	3	3	3	71	kurang	2	
4	4	3	2	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	109	baik	1	
4	3	4	4	4	4	3	2	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	3	2	4	4	4	4	4	4	107	baik	1	
4	3	3	3	3	4	2	4	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	102	baik	1	
3	2	3	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	74	kurang	2	
4	3	3	2	2	2	4	2	3	4	2	2	3	4	4	4	2	3	3	4	3	4	3	3	4	1	2	3	2	4	89	baik	1	
3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	96	baik	1	
3	3	2	2	2	3	2	2	1	3	1	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	74	kurang	2	
2	3	3	3	2	3	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	104	baik	1	
4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	4	4	4	3	2	3	4	3	2	3	4	3	3	4	3	4	93	baik	1	
3	3	3	3	3	3	1	3	4	3	2	3	2	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	92	baik	1
3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	79	baik	1	
3	2	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	1	1	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	73	kurang	2	
3	2	1	1	2	3	2	2	1	3	2	2	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	74	kurang	2
3	3	3	1	1	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	4	2	4	4	2	1	1	2	1	3	2	3	3	73	kurang	2	
3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	1	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	3	74	kurang	2	
3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	4	3	3	2	4	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	83	baik	1
3	2	2	2	1	2	1	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	72	kurang	2	
3	3	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	4	3	3	2	2	71	kurang	2	
2	2	3	2	2	3	3	3	3	4	1	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	74	kurang	2	
3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2	3	4	98	baik	1	
3	3	2	3	2	4	2	2	2	3	2	3	2	4	3	4	4	4	2	3	4	3	2	2	2	3	2	4	2	4	85	baik	1	
3	3	1	1	2	3	3	2	3	3	1	2	2	2	3	2	1	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	71	kurang	2	

4	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	1	74	kurang	2
3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	3	2	2	2	3	71	kurang	2
3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	73	kurang	2	
3	3	2	2	2	2	2	3	1	1	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	73	kurang	2
4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	100	baik	1
2	2	1	2	1	2	1	3	2	2	1	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	72	kurang	2	
3	3	3	2	3	3	4	3	3	4		3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	91	baik	1	
3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	72	kurang	2
3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	94	baik	1	
3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	73	kurang	2
3	3	2	2	2	2	3	1	3	2	2	1	2	3	3	2	3	2	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	72	kurang	2	
3	2	3	1	2	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	71	kurang	2
3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	3	1	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	71	kurang	2
4	4	4	2	3	3	1	4	4	3	2	2	3	4	3	3	4	4	3	4	3	2	2	4	3	3	3	4	4	4	96	baik	1
4	2	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	73	kurang	2
2	2	1	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	2	4	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	74	kurang	2
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	91	baik	1
2	4	4	2	2	4	1	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	1	2	1	3	2	3	2	2	71	kurang	2
2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	1	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	74	kurang	2
3	3	2	1	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	2	3	87	baik	1
3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	72	kurang	2
3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	72	kurang	2
4	4	3	2	2	4	4	3	2	4	2	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	97	baik	1
3	3	2	1	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	4	2	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	1	3	2	71	kurang	2
3	2	2	1	2	3	3	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	72	kurang	2
2	2	2	2	3	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	1	2	2	2	2	3	3	3	3	70	kurang	2
3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	85	baik	1
3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	85	baik	1
3	4	3	2	3	3	4	3	2	2	1	1	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	2	3	2	3	71	kurang	2
2	2	1	1	2	2	3	2	3	3	1	3	2	2	3	3	2	1	1	3	3	2	2	2	3	3	3	2	4	4	70	kurang	2
3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	1	3	2	2	1	2	2	2	73	kurang	2

4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	71	kurang	2	
3	3	4	2	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	86	baik	1	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89	baik	1	
3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	74	kurang	2
3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	2	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	2	4	3	4	4	3	3	98	baik	1
3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	2	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	109	baik	1
3	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	71	kurang	2
2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	2	1	2	4	3	3	1	2	2	2	1	3	3	3	3	3	3	3	4	3	70	kurang	2
2	2	3	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	1	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	72	kurang	2
2	3	3	2	2	3	2	3	4	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	99	baik	1
4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	101	baik	1
3	2	3	3	4	4	4	2	2	4	4	2	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	103	baik	1
1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	3	2	3	2	2	3	1	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	71	kurang	2
2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	4	72	kurang	2
2	3	3	2	2	3	1	2	2	3	2	4	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	73	kurang	2
4	3	4	1	3	3	1	2	1	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	1	2	3	2	2	3	2	3	3	71	kurang	2
2	2	1	2	2	2	1	1	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	70	kurang	2
2	4	4	2	4	3	2	1	2	3	1	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	70	kurang	2
3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	91	baik	1
2	3	3	2	3	3	1	2	2	3	1	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	72	kurang	2
4	3	3	1	3	3	4	3	2	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	94	baik	1
3	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	73	kurang	2
2	2	2	2	2	2	2	3	3	1	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	73	kurang	2
3	4	4	3	3	3	4	2	3	4	1	3	3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	101	baik	1
2	2	3	2	2	3	4	2	3	2	4	2	1	4	4	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	3	74	kurang	2
4	4	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	87	baik	1
4	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	1	2	2	3	2	2	2	3	71	kurang	2
3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	73	kurang	2
2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	1	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	4	3	4	4	2	70	kurang	2
3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	81	baik	1
2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	92	baik	1

4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	3	4	100	baik	1
1	1	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	1	2	1	2	2	1	2	3	3	2	1	1	2	2	3	2	3	64	kurang	2
2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	1	4	3	4	3	3	4	3	92	baik	1
3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	71	kurang	2
3	3	2	1	1	3	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	72	kurang	2
2	3	3	3	4	4	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	74	kurang	2
2	2	2	1	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	2	1	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	72	kurang	2
2	3	3	2	3	4	2	1	4	4	3	4	2	2	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	2	4	3	95	baik	1
1	2	1	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	1	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	4	4	4	73	kurang	2
3	4	3	2	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	72	kurang	2
2	2	2	1	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	4	4	4	3	3	4	73	kurang	2
3	3	2	2	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	4	3	3	4	4	4	3	3	74	kurang	2
3	3	3	2	2	2	2	3	1	1	2	3	2	2	4	3	2	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	2	74	kurang	2
3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4	3	3	3	4	3	3	96	baik	1
3	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	3	2	2	3	3	3	3	3	1	2	1	3	3	3	3	3	3	4	4	71	kurang	2
2	4	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	93	baik	1
2	4	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	4	4	3	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	93	baik	1
3	3	3	2	3	4	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	70	kurang	2	
2	2	1	2	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	2	2	1	3	1	2	2	2	2	3	4	4	2	4	4	1	73	kurang	2
3	4	3	3	3	3	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	72	kurang	2
3	4	3	2	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	1	101	baik	1
4	4	4	1	3	4	3	3	3	4	4	3	2	4	3	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	104	baik	1
3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	3	3	3	4	3	3	71	kurang	2
2	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	1	4	4	3	3	4	1	4	4	3	4	4	4	4	4	98	baik	1
3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	72	kurang	2
2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	77	baik	1
3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	86	baik	1
3	3	1	2	4	4	3	3	1	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	96	baik	1
2	4	3	1	2	4	1	2	1	4	3	3	3	4	4	4	2	3	4	3	4	4	2	4	3	4	3	4	3	4	92	baik	1
3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	101	baik	1
3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	100	baik	1

2	1	2	2	1	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	4	2	1	3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	71	kurang	2	
3	3	4	3	3	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	72	kurang	2	
3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	74	kurang	2	
2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	73	kurang	2
3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	88	baik	1
3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	1	3	4	3	3	2	3	3	85	baik	1	
3	3	2	3	3	2	2	2	1	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	2	3	3	3	3	4	72	kurang	2	
2	2	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	4	4	3	1	2	4	4	4	4	4	3	72	kurang	2
2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	1	2	4	4	4	4	4	3	72	kurang	2	
3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	74	kurang	2
3	3	3	2	3	4	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	84	baik	1	
1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	3	3	3	4	4	3	3	4	71	kurang	2
3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	88	baik	1	
3	2	1	1	3	2	1	2	2	2	1	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	4	72	kurang	2
4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	3	3	70	kurang	2
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89	baik	1
3	3	4	4	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	73	kurang	2	
3	3	2	1	3	3	2	2	2	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	80	baik	1	
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	87	baik	1	
3	3	2	2	4	3	1	3	1	3	3	2	2	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	3	94	baik	1	
3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	3	3	2	2	3	2	74	kurang	2
3	3	2	1	2	2	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	2	4	3	3	1	3	3	1	2	2	3	3	4	85	baik	1
3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	86	baik	1	
3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	1	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	74	kurang	2
2	3	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	92	baik	1	
4	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	3	3	4	95	baik	1
3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	1	3	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	3	3	74	kurang	2	
3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	94	baik	1	
3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	4	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	73	kurang	2	
2	3	2	3	2	4	1	3	3	3	3	4	1	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	86	baik	1
3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	89	baik	1	

3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	74	kurang	2	
3	3	3	2	2	4	1	3	2	3	3	2	3	4	4	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	86	baik	1	
3	3	4	3	2	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	4	4	3	3	2	3	4	4	4	95	baik	1	
3	3	3	2	2	3	1	3	2	3	1	2	3	2	4	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	82	baik	1
2	3	2	3	2	4	1	3	3	3	3	4	1	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	86	baik	1
3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	2	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	92	baik	1
2	3	3	3	2	2	3	2	1	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	73	kurang	2	
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	88	baik	1

Lampiran 8

Uji Chi-Square / output SPSS

Statistics

		Umur	Jenis Kelamin	Tingkat	Self Control	Nomophobia
N	Valid	184	184	184	184	184
	Missing	0	0	0	0	0

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	17-19	110	59.8	59.8	59.8
	20-23	74	40.2	40.2	100.0
	Total	184	100.0	100.0	

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	L	34	18.5	18.5	18.5
	P	150	81.5	81.5	100.0
	Total	184	100.0	100.0	

Tingkat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	I	57	31.0	31.0	31.0
	II	74	40.2	40.2	71.2
	III	53	28.8	28.8	100.0
	Total	184	100.0	100.0	

Self-Control

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	80	43.5	43.5	43.5
	Kurang	104	56.5	56.5	100.0
	Total	184	100.0	100.0	

Nomophobia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Rendah	10	5.4	5.4	5.4
Sedang	89	48.4	48.4	53.8
Berat	85	46.2	46.2	100.0
Total	184	100.0	100.0	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	13.614 ^a	2	.001	.001		
Likelihood Ratio	13.971	2	.001	.001		
Fisher's Exact Test	13.509			.001		
Linear-by-Linear Association	13.406 ^b	1	.000	.000	.000	.000
N of Valid Cases	184					

a. 1 cells (16.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.35.

b. The standardized statistic is 3.661.

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
self control * nomophobia	184	100.0%	0	0.0%	184	100.0%

self control * nomophobia Crosstabulation

		nomophobia			Total		
		rendah	sedang	berat			
self control	baik	Count	8	46	26	80	
		Expected Count	4.3	38.7	37.0	80.0	
		% within self control	10.0%	57.5%	32.5%	100.0%	
		% within nomophobia	80.0%	51.7%	30.6%	43.5%	
		% of Total	4.3%	25.0%	14.1%	43.5%	
		kurang	Count	2	43	59	104
		Expected Count	5.7	50.3	48.0	104.0	
		% within self control	1.9%	41.3%	56.7%	100.0%	
		% within nomophobia	20.0%	48.3%	69.4%	56.5%	
Total		% of Total	1.1%	23.4%	32.1%	56.5%	
		Count	10	89	85	184	
		Expected Count	10.0	89.0	85.0	184.0	
		% within self control	5.4%	48.4%	46.2%	100.0%	
		% within nomophobia	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	5.4%	48.4%	46.2%	100.0%		