



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA SIKAP TERHADAP *NOMOPHOBIA*

DENGAN *SELF EFFICACY* PADA REMAJA DI DUSUN

MENULIS SUMBERSARI MOYUDAN

SLEMAN TAHUN 2024

URIA PUTRI PAMUNGKAS

2002075

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN SEKOLAH

TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

2026

**HUBUNGAN ANTARA SIKAP TERHADAP *NOMOPHOBIA*
DENGAN *SELF EFFICACY* PADA REMAJA DI DUSUN
MENULIS SUMBERSARI MOYUDAN
SLEMAN TAHUN 2024**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

URIA PUTRI PAMUNGKAS

2002075

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN SEKOLAH
TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA**

2026

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Hubungan antara Sikap Terhadap *Nomophobia* dengan *Self Efficacy* Pada Remaja di Dusun Menulis Summersari Moyudan Sleman Tahun 2024” yang saya kerjakan sebagai persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi kesarjanaan di lingkungan institusi maupun Perguruan Tinggi atau institusi manapun, kecuali bagian sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil tiruan dari skripsi lain saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar kesarjanaan saya.

Yogyakarta, 02 Februari 2026



Uria Putri Pamungkas

2002075

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA SIKAP TERHADAP *NOMOPHOBIA* DENGAN
SELF EFFICACY PADA REMAJA DI DUSUN MENULIS SUMBERSARI
MOYUDAN SLEMAN TAHUN 2024

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan disetujui untuk
dilaksanakan sidang hasil

Yogyakarta, 30 Januari 2026

Pembimbing :

Resta Betaljan Wirata, S.Kep., Ns., MSN :

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN



Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Sidang

Pada tanggal 13 Februari 2026

Ketua Penguji :

Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep.

Penguji I :

Reni Puspitasari, S.Kep., Ns., MSN

Penguji II :

Resta Betaliani Wirata, S.Kep., Ns., MSN

Mengesahkan,

Ketua STIKES Bethesda Yakkum
Yogyakarta

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana
Keperawatan



Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns.,
M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS

Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep

MOTTO

“Kabeh uwong bedo proses e, alon-alon sing penting kelakon”

“Semua akan tercapai kalau kita niat dan berkerja keras”

PERSEMBAHAN

Rasa syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Skripsi ini Saya persembahkan untuk :

1. Tuhan Yesus yang senantiasa memberikan bimbingan dan melindungi saya dalam penyelesaian skripsi ini.
2. Ibu Erna Handayani (Alm) berat sekali rasanya bertumbuh dewasa tanpa ibu, banyak hal menyakitkan yang saya lalui selama ini, tanpa sosok ibu saya merasa dihajar habis-habisan dengan kenyataan yang tidak sejalan. Tapi semua tidak mengurangi rasa bangga dan terima kasih selalu menjadi penyemangat hidupku selama ini. Maka, tulisan ini saya persembahkan untuk IBU ERNA HANDAYANI WANITA TERHEBAT SEDUNIA & AKHIRAT.
3. Kakek dan Nenek tercinta terimakasih atas dukungan dan pengorbanannya sungguh cinta kasih kakek dan nenek yang tulus, doa serta kasih sayangnnya tak akan pernah saya lupakan.
4. Bapak saya yang telah memberi dukungan untuk penyelesaian kuliah saya.

5. Mas Nanang, Mbak Wida, Mas Alfy, Mbak Alvita, Mbak Via, Mas Atok, Joy, Ivana, Rendra yang selalu memberikan semangat, motivasi selama saya kuliah, terimakasih atas doa dan dukungannya.
6. Semua keluarga dan saudaraku terima kasih doa dan dukungannya.
7. Kekasihku Gregorius Agam Priananta yang selalu mendukung dalam kelancaran skripsi ini, terima kasih atas dukungannya, ketulusan, dan support yang tak terlupakan.
8. Ika, Icha, Heni, Abelt, Nita, Yanto, Paksi, Ambro, Fian, Feri, Esa, There, Sekar yang selalu menghibur dan menjadi pendengar setia keluh kesah saya.
9. Rosa, Diti, Diva, Marlin, Dian, Devi, Enjel, Taufiq yang selalu bersedia membantu saya disaat saya merasa kesulitan dan selalu memberi semangat untuk menyelesaikan tugas dan skripsi saya.

ABSTRAK

URIA PUTRI PAMUNGKAS. “Hubungan Antara Sikap Terhadap *Nomophobia* dengan *Self Efficacy* Pada Remaja Di Dusun Menulis Sumbersari Moyudan Sleman Tahun 2024”

Latar Belakang : Perkembangan teknologi digital meningkatkan penggunaan *smartphone* pada remaja. Penggunaan yang tinggi dapat memunculkan *nomophobia*, yaitu rasa takut atau cemas saat tidak dapat mengakses *smartphone*. Salah satu faktor psikologis yang diduga berperan adalah *self efficacy*, yakni keyakinan individu dalam mengelola situasi dan menghadapi tantangan.

Tujuan : Mengetahui hubungan antara sikap terhadap *nomophobia* dengan *self efficacy* pada remaja di Dusun Menulis Sumbersari Moyudan Sleman tahun 2024.

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *korelasional* dan pendekatan potong lintang (*cross sectional*). Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Populasi penelitian adalah remaja di Dusun Menulis, Sumbersari, Moyudan, Sleman, dengan jumlah sampel sebanyak 52 remaja. Instrumen penelitian berupa kuesioner, sedangkan analisis data dilakukan menggunakan uji *Spearman rank*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden mengalami sikap terhadap *nomophobia* sedang sebanyak 39 orang (75%) dan *self efficacy* tinggi sebanyak 47 orang (90,4%). Hasil uji *Spearman Rank* didapatkan nilai p-value sebesar 0,049 ($<0,05$), bermakna terdapat hubungan antara sikap terhadap *nomophobia* dengan *self efficacy* di Dusun Menulis Sumbersari Moyudan Sleman Tahun 2024.

Kesimpulan : Terdapat hubungan yang signifikan antara sikap terhadap *nomophobia* dengan *self efficacy* di Dusun Menulis Sumbersari Moyudan Sleman Tahun 2024.

Saran : Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji faktor-faktor psikologi lain yang berperan serta menggunakan metode yang lebih beragam untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

Kata Kunci : *Nomophobia*, Remaja, Sikap *Nomophobia*, *Self Efficacy*.

XVI + 66 halaman + 14 tabel + 2 skema + 18 lampiran

Kepustakaan : 2010-2022

ABSTRACT

URIA PUTRI PAMUNGKAS. *"The Relationship Between Attitudes Toward Nomophobia and Self-Efficacy Among Adolescents in Menulis village, Sumbersari, Moyudan, Sleman, in 2024."*

Background: The rapid development of digital technology has increased smartphone use among adolescents. Excessive use may lead to nomophobia, defined as feelings of fear or anxiety when individuals are unable to access their smartphones. One psychological factor presumed to play a role in this phenomenon is self-efficacy, namely an individual's belief in their ability to manage situations and face challenges.

Objective: To determine the relationship between attitudes toward nomophobia and self-efficacy among adolescents in Dusun Menulis, Sumbersari, Moyudan, Sleman in 2024.

Research Method: This study employed a quantitative design with a correlational approach and cross-sectional method. The sample consisted of 52 adolescents selected using accidental sampling. Data were collected using questionnaires and analyzed using the Spearman rank test.

Results: The findings showed that most respondents had a moderate attitude toward nomophobia (75%) and high self-efficacy (90.4%). The Spearman rank test yielded a p -value of 0.049 (<0.05), indicating a significant relationship between attitudes toward nomophobia and self-efficacy in Dusun Menulis, Sumbersari, Moyudan, Sleman in 2024.

Conclusion: There is a significant relationship between attitudes toward nomophobia and self-efficacy among adolescents in Dusun Menulis in 2024.

Suggestion: Future studies are recommended to examine other psychological factors and employ more diverse methods to obtain a more comprehensive understanding.

Keywords: Nomophobia, Adolescents, Attitude toward Nomophobia, Self-Efficacy. XVI + 66 pages + 14 tables + 2 figures + 18 appendices

Literature: 2010-2022

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan yang telah melimpahkan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan baik dan lancar. Skripsi yang berjudul “Hubungan antara Sikap Terhadap *Nomophobia* dengan *Self Efficacy* Pada Remaja di Dusun Menulis pada Tahun 2024” ditulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan.

Peneliti sangat menyadari bahwa selesainya skripsi ini berkat dukungan, bimbingan, nasehat, kerja sama, dan bantuan baik secara moral dan material dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS. selaku ketua Stikes Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan dan arahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini.
2. Bapak Lurah Sukadi selaku lurah di Desa Sumbersari Moyudan Sleman.
3. Bapak Dukuh Hayyu Nur Ikhsan Romadhon selaku Ketua Dukuh di Dusun Menulis, Sumbersari, Moyudan, Sleman.
4. Karang Taruna Dusun Menulis, Sumbersari, Moyudan, Sleman.
5. Ibu Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua penguji yang telah membimbing dengan penuh kesabaran, ketelitian, dan murah senyum.
6. Ibu Reni Puspitasari, S.Kep., Ns., MSN., selaku penguji I yang telah memberi motivasi dan membimbing dengan penuh kesabaran.

7. Ibu Resta Betaliani Wirata, S.Kep., Ns.,MSN, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah membimbing dan mengarahkan peneliti dengan penuh kesabaran dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi penelitian ini masih jauh dari sempurna. Namun, peneliti berharap semoga skripsi penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Peneliti mohon saran dan kritik agar skripsi penelitian ini menjadi lebih baik.

Yogyakarta, 2 Februari 2026



Peneliti

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR SKEMA	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
E. Keaslian Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORI	14
A. Landasan Teori	14
1. <i>Nomophobia</i>	14
2. Sikap <i>Nomophobia</i>	17
3. Remaja	20

4. <i>Self Efficacy</i>	22
B. Kerangka Teori.....	28
C. Kerangka Konsep.....	29
D. Pertanyaan/Hipotesis Penelitian.....	30
E. Asumsi Penelitian.....	30
F. Variabel Penelitian.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	34
A. Desain Penelitian.....	34
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	34
C. Populasi dan Sampel.....	34
D. Alat Ukur Penelitian.....	36
E. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	40
F. Etika Penelitian.....	41
G. Prosedur Pengumpulan Data.....	42
H. Analisis Data.....	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	50
A. Hasil Penelitian.....	50
B. Pembahasan.....	53
C. Keterbatasan Penelitian.....	62
BAB V PENUTUP.....	63
A. Kesimpulan.....	63
B. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA.....	65
LAMPIRAN.....	67

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2 Definisi Operasional.....	32
Tabel 3 Kisi-kisi Umum.....	39
Tabel 4 Kisi-kisi khusus kuesioner <i>NMP-Q (Nomophobia Questionnaire)</i>	39
Tabel 5 Kisi-kisi khusus kuesioner <i>self efficacy</i>	39
Tabel 6 Karakteristik Responden.....	50
Tabel 7 Sikap Terhadap <i>Nomophobia</i>	51
Tabel 8 Karakteristik Responden Berdasarkan <i>Self Efficacy</i>	52
Tabel 9 Tabulasi Silang Sikap Terhadap <i>Nomophobia</i> dengan <i>Self Efficacy</i>	52
Tabel 11 Tabel Skala <i>NMP-Q (Nomophobia Questionnaire)</i>	77
Tabel 12 Skala <i>Self Efficacy</i>	80
Tabel 13 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	92
Tabel 14 Anggaran Kegiatan Penelitian.....	93

DAFTAR SKEMA

Skema 1 Kerangka Teori.....	28
Skema 2 Kerangka Konsep.....	29

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Studi Awal.....	68
Lampiran 2 Surat Ijin Studi Awal.....	69
Lampiran 3 Surat Permohonan EC.....	70
Lampiran 4 Surat EC.....	71
Lampiran 5 Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	72
Lampiran 6 Surat Permohonan Ijin Penelitian.....	73
Lampiran 7 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	74
Lampiran 8 Surat Persetujuan Menjadi Responden.....	75
Lampiran 9 Kuesioner.....	76
Lampiran 10 Tabel Umum Distribusi Responden Penelitian.....	82
Lampiran 11 Hasil Olah Data Kuesioner Sikap Terhadap Nomophobia.....	85
Lampiran 12 Hasil Olah Data Kuesioner Self Efficacy.....	88
Lampiran 13 Hasil Analisa Univariat.....	90
Lampiran 14 Hasil Analisa Bivariat.....	91
Lampiran 15 Jadwal dan Biaya Penelitian.....	92
Lampiran 16 Lembar Konsultasi.....	94
Lampiran 17 Lembar Konsultasi.....	95
Lampiran 18 Lembar Konsultasi.....	96