

**PENGARUH *LONELINESS* TERHADAP *NOMOPHOBIA* PADA DEWASA
AWAL DI SURABAYA DENGAN *SELF-ESTEEM* SEBAGAI VARIABEL
MEDIATOR**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Untuk Menyusun
Skripsi Dalam Program Studi S-1 Psikologi (S.Psi)



**UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A**

Hafshoh Amatulloh Azizah
11010121020

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS UIN SUNAN AMPEL SURABAYA
2025**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Pengaruh *Loneliness* Terhadap *Nomophobia* Pada Dewasa Awal Di Surabaya dengan *Self-Esteem* Sebagai Variabel Mediator”** merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis di acu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Sidoarjo, 05 Mei 2025



Hafshoh Amatulloh Azizah

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Pengaruh *Loneliness* terhadap *Nomophobia* pada Dewasa Awal di Surabaya dengan
Self-esteem sebagai Variabel Mediator

Oleh :

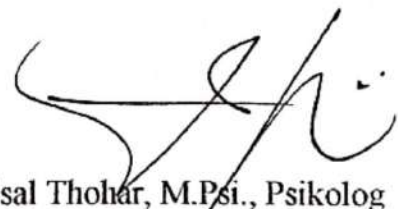
Hafshoh Amatulloh Azizah

11010121020

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Skripsi

Surabaya, 05 Mei 2025

Dosen Pembimbing,



Syafruddin Faisal Thohar, M.Psi., Psikolog

NIP. 198505092020121008

SKRIPSI

PENGARUH *LONELINESS* TERHADAP *NOMOPHOBIA* PADA DEWASA AWAL DI SURABAYA DENGAN *SELF-ESTEEM* SEBAGAI VARIABEL MEDIATOR

Yang disusun oleh
Hafshoh Amatulloh Azizah
110101210

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
pada Tanggal 10 Juni 2025



Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. phil. Khoirun Niam
197007251996031004

Susunan Tim Penguji
Penguji I

Syafruddin Faisal Bhojar, M.Psi., Psikolog
198505092020121008

Penguji II

Dr. Nailatin Fauziah, S.Psi, M.Si, M.Psi.Psi
197406122007102006

Penguji III

Lucky Abrorry, M.Psi
197910012006041005

Penguji IV

Muhammad Syfaul Muntafi, M.Sc
199211142020121016



UIN SUNAN AMPEL
SURABAYA

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Hafshoh Amatulloh Azizah

NIM : 11010121020

Fakultas/Jurusan : Fakultas Psikologi dan Kesehatan/Psikologi

E-mail address : hafshohazizah3@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

☒ Sekripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Loneliness Terhadap Nomophobia pada Dewasa Awal di Surabaya dengan Self-Esteem sebagai

Variabel Mediator

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 22 Juli 2025

Penulis

(Hafshoh Amatulloh Azizah)

INTISARI

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *loneliness* terhadap *nomophobia* pada dewasa awal di Surabaya dengan *self-esteem* sebagai variabel mediator. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pengumpulan data melalui kuisioner yang disebarakan kepada dewasa awal di Surabaya. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling Terdapat tiga instrumen dalam penelitian ini yaitu R-UCLA V3 *loneliness scale*, NMP-Q, dan RSES. Data yang telah terkumpul dianalisis dengan menggunakan uji regresi linier, uji analisis jalur (path analysis) serta menggunakan *sobel test* untuk melihat pengaruh langsung dan tidak langsung variabel *loneliness* terhadap *nomophobia*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *loneliness* berpengaruh secara langsung dan tidak langsung terhadap *nomophobia*. Secara tidak langsung *self-esteem* memediasi pengaruh *loneliness* terhadap *nomophobia* yang dimiliki individu dewasa awal.

Kata kunci: *loneliness*, *nomophobia*, *self-esteem*.

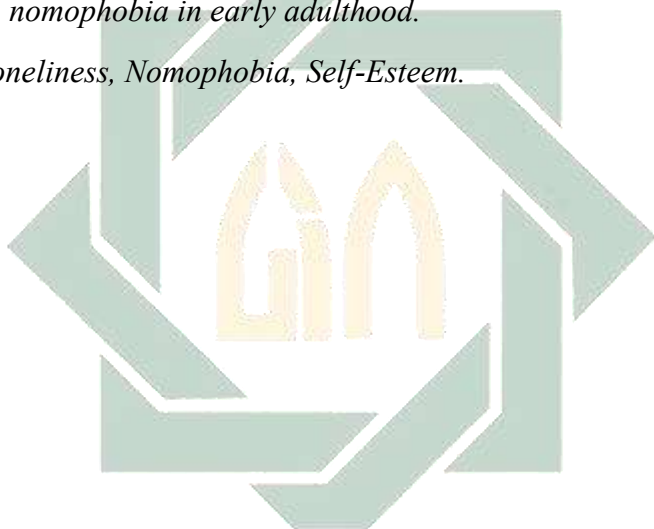


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of loneliness on nomophobia in early adulthood in Surabaya with self-esteem as a mediator variable. This study uses a quantitative method with data collection through questionnaires distributed to early adults in Surabaya. The sampling technique used is purposive sampling. There are three instruments in this study, namely the R-UCLA v3 loneliness scale, NMP-Q, and RSES. The data that has been collected was analyzed using a linear regression test, path analysis test and using the Sobel test to see the direct and indirect effects of loyalty variables on nomophobia. The results of this study indicate that loneliness has a direct and indirect effect on nomophobia. Indirectly mediating self-esteem the effect of loneliness on nomophobia in early adulthood.

Keywords: Loneliness, Nomophobia, Self-Esteem.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
INTISARI	ix
<i>ABSTRACT</i>	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat Penelitian.....	11
E. Keaslian Penelitian	11
BAB II	14
KAJIAN PUSTAKA.....	14
A. <i>Nomophobia</i>	14
B. <i>Self-esteem</i>	23
C. <i>Loneliness</i>	30
D. Hubungan Antar Variabel	35
E. Kerangka teoritis.....	36
F. Hipotesis	37
BAB III	39
METODE PENELITIAN.....	39
A. Rancangan Penelitian	39

B. Identifikasi Variabel	39
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	39
D. Definisi Konseptual	40
E. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	41
F. Instrumen Penelitian	43
G. Teknik Analisis Data	50
BAB IV	58
HASIL PENNELITIAN DAN PEMBAHASAN	58
A. Hasil penelitian	58
B. Pembahasan	78
BAB V	88
PENUTUP	88
A. Kesimpulan	88
B. Saran	89
DAFTAR PUSTAKA	91
LAMPIRAN	98

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Skala <i>Loneliness</i>	43
Tabel 3. 2 Reliabilitas <i>Loneliness</i>	44
Tabel 3. 3 Validitas <i>Loneliness</i>	44
Tabel 3. 4 <i>Blue Print</i> Skala <i>Nomophobia</i>	46
Tabel 3. 5 Reliabilitas <i>Nomophobia</i>	46
Tabel 3. 6 Validitas <i>Nomophobia</i>	47
Tabel 3. 7 <i>Blue Print</i> Skala <i>Self-esteem</i>	48
Tabel 3. 8 Reliabilitas <i>Self-esteem</i>	49
Tabel 3. 9 Validitas <i>Self-esteem</i>	49
Tabel 3. 10 Hasil Uji Normalitas.....	53
Tabel 3. 11 Hasil Uji Linieritas	54
Tabel 3. 12 Hasil Uji Multikolinieritas.....	55
Tabel 3. 13 Hasil Uji Heterokedastisitas	56
Tabel 4. 1 Kategorisasi Usia	59
Tabel 4. 2 Kategorisasi Jenis Kelamin	59
Tabel 4. 3 Kategorisasi Domisili	60
Tabel 4. 4 Kategorisasi KTP Asal	61
Tabel 4. 5 Kategorisasi Durasi Tinggal di Surabaya	62
Tabel 4. 6 Kategorisasi Pekerjaan	63
Tabel 4. 7 Kategorisasi Durasi Penggunaan <i>Smratphone</i>	63
Tabel 4. 8 hasil uji deskriptif statistik	64
Tabel 4. 9 Pedoman Hasil Pengukuran.....	65
Tabel 4. 10 Kategorisasi <i>Loneliness</i>	65
Tabel 4. 11 Kategorisasi <i>Nomophobia</i>	66
Tabel 4. 12 Kategorisasi <i>Self-esteem</i>	66
Tabel 4. 13 Tabulasi Silang Demografis dengan Variabel	67
Tabel 4. 14 Tabulasi Silang Demografis dengan Variabel	67
Tabel 4. 15 Tabulasi Silang Demografis dengan Variabel	68
Tabel 4. 16 Tabulasi Silang Demografis dengan Variabel	68
Tabel 4. 17 Tabulasi Silang Demografis dengan Variabel	69
Tabel 4. 18 Tabulasi Silang Demografis dengan Variabel	69
Tabel 4. 19 Tabulasi Silang Demografis dengan Variabel	70
Tabel 4. 20 Tabulasi Silang Variabel dengan Variabel	70
Tabel 4. 21 Tabulasi Silang Variabel dengan Variabel	71
Tabel 4. 22 Tabulasi Silang Variabel dengan Variabel	71
Tabel 4. 23 Hasil Uji Regresi <i>Lonelinnes</i> dengan <i>Nomophobia</i>	72
Tabel 4. 24 Hasil Uji Regresi <i>Lonelinnes</i> dengan <i>Self-esteem</i>	73
Tabel 4. 25 Hasil Uji Regresi <i>Self-esteem</i> Terhadap <i>Nomophobia</i>	73
Tabel 4. 26 Hasil Uji Regresi Berganda	74
Tabel 4. 27 Koefisien Determinasi <i>Lonelinnes</i> Terhadap <i>Nomophobia</i>	75
Tabel 4. 28 Koefisien Determinasi <i>Self-esteem</i> Terhadap <i>Nomophobia</i>	75
Tabel 4. 29 Koefisien Determinasi <i>Lonelinnes</i> Terhadap <i>Self-esteem</i>	75

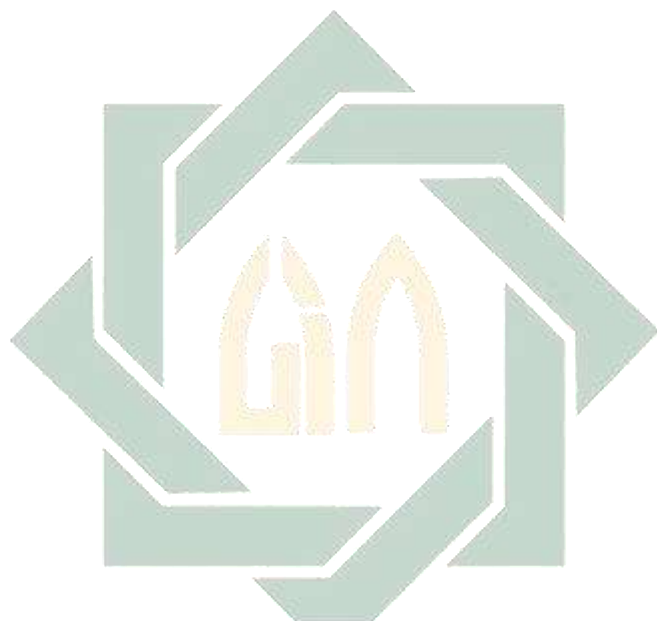
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Gambar Kerangka Teoritis	37
Gambar 4. 1 <i>Path Analysis Sobel Test</i>	76
Gambar 4. 2 Hasil <i>Sobel Test Selef-Esteem</i> Sebagai Mediator	77



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Data Demografi	102
Lampiran 2 Instrumen Penelitian	104
Lampiran 3 Output Spss Uji Validitas Dan Reliabilitas	109
Lampiran 4 Output Spssuji Prasyarat	111
Lampiran 5. Output Spss Hasil Uji Regresi	112



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Abu-Bader, S., & Jones, T. V. (2021). Statistical Mediation Analysis Using the Sobel Test and Hayes Spss Process Macro. *International Journal of Quantitative and Qualitative Research Methods*, 9(1), 42–61. <https://ssrn.com/abstract=3799204>
- Achterbergh, L., Pitman, A., Birken, M., Pearce, E., Sno, H., & Johnson, S. (2020). The experience of loneliness among young people with depression: A qualitative meta-synthesis of the literature. *BMC Psychiatry*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02818-3>
- 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*, 13(8), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0202953>
- Aini, S., Puteri, A. D., Yanto, N., & Alini. (2023). Media Sosial Dengan Tingkat Nomophobia Pada Siswa Sma Negeri 1 Kuantan Mudik. *Sehat : Jurnal Kesehatan Terpadu*, 2(3), 112–124. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/s-jkt/article/view/17413%0Ahttp://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/s-jkt/article/download/17413/12864>
- Alkhairi, M. F., Muna, Z., Musni, R., & Pratama, M. F. J. (2024). *Gambaran Harga Diri Dewasa Awal Yang Mengalami Nomophobia*. 2(2), 202–210.
- Apriliani, K. M., & Soetjipto, D. (2020). Sleep Disorders in Late-Life Depression. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 9(1), 1. <https://doi.org/10.20473/jps.v9i1.16026>
- Aviva, S. P. A., & Jannah, M. (2023). Eksplorasi Loneliness Pada Dewasa Awal Exploration Of Loneliness In Early Adulthood. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(02), 203–212. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/53184>
- Azwar, S. (2019). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II* (II). Pustaka Pelajar.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The Moderator-Mediator Variable Distinction in Social Psychological Research: Conceptual, Strategic, and Statistical Considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 117–1182. <https://doi.org/10.1177/1350506818764762>
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>

- Bernadine, J., & Astuti, N. W. (2024). Hubungan Antara School Well-Being dan Self-Esteem Dalam Keberhasilan Nilai Belajar Siswa. *JLEB: Journal of Law, Education and Business*, 2(1), 648–659. <https://doi.org/10.57235/jleb.v2i1.1955>
- Bragazzi, N. L., & Del Puente, G. (2014). A proposal for including nomophobia in the new DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155–160. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S41386>
- Bratha, S. D. K., Febristi, A., Surahmat, R., Khoeriyah, S. M., Rosyad, Y. S., Fitri, A., & Rias, Y. A. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kekambuhan Pasien Skizofrenia. *Jurnal Kesehatan*, 11(HKN), 250–256. <http://dx.doi.org/10.35730/jk.v11i0.693>
- Brehm, S. (2002). *Intimate Relationships* (3rd ed.). McGraw-Hill, 2002.
- Buctot, D. B., Kim, N., & Kim, S. H. (2020). The role of nomophobia and smartphone addiction in the lifestyle profiles of junior and senior high school students in the Philippines. *Social Sciences and Humanities Open*, 2(1), 100035. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2020.100035>
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedent Of Self-esteem*. W.H Freeman and Company, 1967. http://opac.uma.ac.id/index.php?p=show_detail&id=854
- Dhir, A., Chen, S., & Nieminen, M. (2015). Predicting adolescent Internet addiction: The roles of demographics, technology accessibility, unwillingness to communicate and sought Internet gratifications. *Computers in Human Behavior*, 51(PA), 24–33. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.04.056>
- Dixit, S., Shukla, H., Bhagwat, A., Bindal, A., Goyal, A., Zaidi, A., & Shrivastava, A. (2010). A study to evaluate mobile phone dependence among students of a medical college and associated hospital of central India. *Indian Journal of Community Medicine*, 35(2), 339–341. <https://doi.org/10.4103/0970-0218.66878>
- Diyani, T. (2019). Implementasi Paradigma Islam Wasathiyah; Strategi Menjaga Masa Depan Keindonesiaan. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 6(3), 303–316. <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v6i3.13193>
- Du, H., Li, X., Chi, P., Zhao, S., & Zhao, J. (2019). Loneliness and Self-Esteem in Children and Adolescents Affected by Parental HIV: A 3-Year Longitudinal Study. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 11(1), 3–19. <https://doi.org/10.1111/aphw.12139>
- Envoy, S. (2012). 66% of the population suffer from nomophobia the fear of being without their phone. <https://doi.org/https://www.securenvoy.com/blog/2012/02/16/66-of-the->

population-suffer- from-nomophobia-the-fear-of-being-without-their-phone/

- Fachrezy, M., Cabacungan, M. A. S., & Kawuryan, F. (2022). Perbedaan Loneliness Dan Self-esteem Pada Laki-laki Dan Perempuan Dewasa Muda Pengguna Media Sosial. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 7(2), 251–271. <https://doi.org/10.24176/perseptual.v7i2.8916>
- Fadhilah, L., Hayati, E. N., & Bashori, K. (2021). Nomophobia di Kalangan Remaja. *Jurnal Diversita*, 7(1), 21–29. <https://doi.org/10.31289/diversita.v7i1.4487>
- Fahira, Z., Amna, Z., Mawarpury, M., & Faradina, S. (2021). Kesenian dan Nomophobia pada Mahasiswa Perantau. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 7(2), 183. <https://doi.org/10.22146/gamajop.65827>
- Fahrezi, R. A., & Lestari, R. (2023). PENGARUH KESEPIAN DAN KONTROL DIRI TERHADAP NOMOFOBIA GENERASI Z SURAKARTA. *UMS Library*, 2(3), 310–324. <https://bnr.bg/post/101787017/bsp-za-balgaria-e-pod-nomer-1-v-buletinata-za-vota-gerb-s-nomer-2-pp-db-s-nomer-12>
- Fajri, F. V., & Karyani, U. (2021). Nomophobia pada Mahasiswa: Menguji Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Kontrol Diri. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 47. <https://doi.org/10.24014/jp.v17i1.12191>
- Fardghassemi, S., & Joffe, H. (2022). The causes of loneliness: The perspective of young adults in London's most deprived areas. *PLoS ONE*, 17(4 April 2022), 1–19. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0264638>
- Farhan, Y. T., & Rosyidah, R. (2021). Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Mahasiswa Perempuan Di Surabaya. *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi*, 12(2), 162–179. <https://doi.org/10.21107/personifikasi.v12i2.11921>
- Fathoni, A., & Asiyah, S. N. (2021). Hubungan Kontrol Diri dan Kesenian dengan Nomophobia pada Remaja. *Indonesian Psychological Research*, 3(2), 63–74. <https://doi.org/10.29080/ipr.v3i2.542>
- Febriani, W., & Wati, L. (2024). SELF-ESTEEM DAN LONELINESS: PERSPEKTIF REMAJA DI WILAYAH BANGKA SELATAN. *Jurnal Psikologi*, 43(3), 248 – 263. <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/17801/15824>
- Fitria, D., Setyaningsih, T., Puspasari, J., Yeni, V., Suarti, N. M., Rohmah, U. N., & Yesayas, F. (2022). GAMBARAN ADIKSI SMARTPHONE PADA MAHASISWA SETELAH PEMBELAJARAN DARING MASA PANDEMI COVID-19. [http://repository.binawan.ac.id/2961/1/Prosiding Pertemuan Ilmiah IPKJI_2022.pdf](http://repository.binawan.ac.id/2961/1/Prosiding%20Pertemuan%20Ilmiah%20IPKJI_2022.pdf)

- Gritti, E. S., Bornstein, R. F., & Barbot, B. (2023). The smartphone as a “significant other”: interpersonal dependency and attachment in maladaptive smartphone and social networks use. *BMC Psychology*, 11(1), 1–17. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01339-4>
- Hajarisman, N., & Herlina, M. (2022). *Buku Ajar Analisis Regresi dan Aplikasinya menggunakan SPSS Program Studi Statistika*. March, 1–89. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.14988.80008>
- Halidi, R., & Bahtiar, A. R. (2021). *Ketahui Penyebab dan Dampak Perasaan Kesepian*. <https://www.suara.com/health/2021/09/08/174500/ketahui-penyebab-dan-dampak-perasaan-kesepian?page=all>
- Hamidah, H., Rizal, A., & Purnama, A. (2024). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Remaja Kelas 12 SMK An-Nahl Cibeber Kabupaten Cianjur Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 2(1), 53–65. <https://doi.org/10.55606/termometer.v2i1.2787>
- Hanifah, N., & Suhana. (2019). Hubungan Self Esteem dengan Interaksi Parasosial pada Nijikon di Komunitas “X.” *Prosiding Psikologi*, 5(1), 30–36.
- Hasanah, W., & Sahrani, R. (2022). Kesepian pada Individu Dewasa Muda dan Mindfulness sebagai Pelindung Diri. *ResearchGate*, September. https://www.researchgate.net/publication/363479696_Kesepian_pada_Individu_Dewasa_Muda_dan_Mindfulness_sebagai_Pelindung_Diri
- Hatmanti, N. M., Anjali, N. F., Hanik, U., & Shodiq, M. (2020). Sosiodemografi Dan Durasi Penggunaan Dengan Smartphone Addiction Pada Remaja Di Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 16(1), 319–326.
- Heng, S., Gao, Q., & Wang, M. (2023). The Effect of Loneliness on Nomophobia: A Moderated Mediation Model. *Behavioral Sciences*, 13(7). <https://doi.org/10.3390/bs13070595>
- Hong, F. Y., Chiu, S. I., & Huang, D. H. (2012). A model of the relationship between psychological characteristics, mobile phone addiction and use of mobile phones by Taiwanese university female students. *Computers in Human Behavior*, 28(6), 2152–2159. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.06.020>
- Hussien, R. M. (2022). The association between nomophobia and loneliness among the general population in the Kingdom of Saudi Arabia. *Middle East Current Psychiatry*, 29(1). <https://doi.org/10.1186/s43045-022-00235-8>
- Indonesia, A. P. J. I. (2014). *Profil pengguna internet indonesia*. <https://doi.org/https://apjii.or.id/download/file/profilpenggunainternetindonesia2014.pdf>

- Iskandar, S. (2023). ANALISA DAMPAK PENURUNAN INTENSITAS INTERAKSI SOSIAL AKIBAT PENERAPAN PHYSICAL DISTANCING DAN SOCIAL DISTANCING TERHADAP TINGKAT STRES MAHASISWA Suhendra. *TARBIYATUNA: Kajian Pendidikan Islam*, 7, 1–9.
- Jahrami, H. (2023). The Relationship between Nomophobia, Insomnia, Chronotype, Phone in Proximity, Screen Time, and Sleep Duration in Adults: A Mobile Phone App-Assisted Cross-Sectional Study. *Healthcare (Switzerland)*, 11(10). <https://doi.org/10.3390/healthcare11101503>
- Jiang, C., Zhu, Y., Luo, Y., Tan, C. S., Mastrotheodoros, S., Costa, P., Chen, L., Guo, L., Ma, H., & Meng, R. (2023). Validation of the Chinese version of the Rosenberg Self-Esteem Scale: evidence from a three-wave longitudinal study. *BMC Psychology*, 11(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01293-1>
- Juwita, S., & Karmiyati, D. (2024). *Self esteem dan nomophobia pada remaja: Peran mediasi loneliness*. 4(2), 249–255. <https://doi.org/10.22219/pjsp.v4i2.36724>
- Katili, M., Leslie, M., Wijaya, P., Prima Indonesia, U., Sikambing Nosimpang, J., Putih Tim, S. I., Medan Petisah, K., Medan, K., & Utara, S. (2023). Hubungan Kesepian dan Nomophobia pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Prima Indonesia Medan. *Journal on Education*, 05(03), 7795–7807.
- Kazem, A. M., Emam, M. M., Alrajhi, M. N., Aldhafri, S. S., AlBarashdi, H. S., & Al-Rashdi, B. A. (2021). Nomophobia in Late Childhood and Early Adolescence: the Development and Validation of a New Interactive Electronic Nomophobia Test. *Trends in Psychology*, 29(3), 543–562. <https://doi.org/10.1007/s43076-021-00068-0>
- Kılınç, A., Çam, C., Ünsal, A., & Arslantas, D. (2022). Assessment of Nomophobia and Loneliness in Rural Turkish Adolescents: A Cross-Sectional Study. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 18(4), 290–297. <https://doi.org/10.1177/09731342231162198>
- Konok, V., Gigler, D., Bereczky, B. M., & Miklósi, Á. (2016). Humans' attachment to their mobile phones and its relationship with interpersonal attachment style. *Computers in Human Behavior*, 61, 537–547. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.062>
- Kristlyna, E., & Sudagijono, J. S. (2020). Perbedaan Intensitas Loneliness Pada Mahasiswa Indonesia Yang Melanjutkan Studi Di Luar Negeri Ditinjau Dari Tipe Kepribadian. *Jurnal Experientia*, 8(2), 104–111. <http://journal.wima.ac.id/index.php/EXPERIENTIA/article/view/2867%0Ahttp://journal.wima.ac.id/index.php/EXPERIENTIA/article/download/2867/2564>

- Kurniawati, Herliana, I., & Gunardi, S. (2024). Hubungan Self Esteem Dengan Kejadian Nomophobia Pada Remaja Awal. *Vitamin : Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(2), 107–119. <https://doi.org/10.61132/vitamin.v2i2.288>
- Kustanti, A. F., Anwar, A., & Rahmatulloh, A. R. (2022). Loneliness in millennial generation. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 24(2), 111–118.
- León-Mejía, A. C., Gutiérrez-Ortega, M., Serrano-Pintado, I., & González-Cabrera, J. (2021). A systematic review on nomophobia prevalence: Surfacing results and standard guidelines for future research. *PLoS ONE*, 16(5 May), 1–22. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250509>
- Lestari, R. R., R, Z. Z., Febria, D., & Gustiana, E. (2024). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Tingkat Nomophobia Pada Siswa Sma Negeri 1 Salo Tahun 2024. *Jurnal Ners*, 8(23), 1694–1700. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Lim, M. H., Holt-Lunstad, J., & Badcock, J. C. (2020). Loneliness: contemporary insights into causes, correlates, and consequences. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 55(7), 789–791. <https://doi.org/10.1007/s00127-020-01891-z>
- Lubis, F. M., & Mahendika, D. (2023). Hubungan Parenting Style, Peer Pressure, Self-Esteem, dan Kesehatan Mental pada Remaja Indonesia di Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science*, 1(02), 90–104. <https://doi.org/10.58812/jpkws.v1i02.262>
- Machali, I. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif* (: A. Q. H. (ed.)).
- Marisa, D., & Afriyeni, N. (2019). Kesepian Dan Self Compassion Mahasiswa Perantau. *Psibernetika*, 12(1), 1–11. <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v12i1.1582>
- Mawarpury, M., Maulina, S., Faradina, S., & Afriani, A. (2020). Kecenderungan Adiksi Smartphone Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Usia. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 5(1), 24. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i1.6252>
- Muhid, A. (2019). Analisis Statistik SPSS. In *Zifatama Jawara*.
- Muris, P., & Otgaar, H. (2023). Self-Esteem and Self-Compassion: A Narrative Review and Meta-Analysis on Their Links to Psychological Problems and Well-Being. *Psychology Research and Behavior Management*, 16(August), 2961–2975. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S402455>
- Musharyadi, F., & Febriyanti, F. (2024). Hubungan Intensitas Penggunaan Smartphone Dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Remaja. *Menara Medika*, 6(2), 186–195. <https://doi.org/10.31869/mm.v6i2.5189>

- Myers, D. G. (2010). *Social Psychology* (10th ed.). McGraw-Hill Higher Education.
- Nikmarijal. (2022). Perkembangan Self-Esteem Anak. *IJoCE : Indonesian Journal of Counseling and Education*, 3(2), 29–32. <https://doi.org/10.32923/ijoce.v3i2.2727>
- Noprida, Y., Oktivianto, O., & Dhevi, N. R. (2020). Hubungan Self Esteem Dan Orientasi Masa Depan Bidang Pendidikan Pada Siswa Kelas Xi Di Palembang. *Jurnal Pendidikan Glasser*, 4(2), 107–116. <https://doi.org/10.32529/glasser.v4i2.721>
- Nuraini, I. (2024). *Pengaruh Kesepian terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa The Influence of Loneliness on Psychological Well-Being among College Students Abstrak*. 11(02), 954–965.
- Nurfithrah, A. R., Ridfah, A., & Ismail, I. (2024). Hubungan antara Nomophobia dengan Kontrol Diri pada Mahasiswa Universitas Negeri Makassar. *Sosial Dan Humaniora*, 3(4), 524–535.
- Oktavian, B., Dewi, R. P., Aziza, M. N., & Sesotya, R. (2024). *The Relationship between Self-Esteem and Nomophobia Among Students in Yogyakarta*. 3(11), 5055–5066.
- Paputungan, F. (2023). Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa Awal Developmental Characteristics of Early Adulthood. *Media Online) Journal of Education and Culture (JEaC)*, 3(1), 2986–1012.
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research, and Therapy* (L. A. Peplau & D. Perlman (eds.)). Wiley.
- Prastiwi, A. H., & Apriliyani, I. (2023). Gambaran Nomophobia (No Mobile Phone Phobia) Pada Anak Pengguna Smartphone Di Sd Negeri 1 Dukuwaluh. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(4), 5158–5166.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879–891. <https://doi.org/10.3758/BRM.40.3.879>
- Puteri, H. U. (2023). *Differences in Nomophobic Behavior From Extrovert and Introvert Personality Types*. 6(1).
- Putra, F. P., & Tumanggor, R. O. (2024). *HUBUNGAN LONELINESS DENGAN NOMOPHOBIA PADA DEWASA*. 8(3), 438–446.
- Putri, C. B. K., & Wibowo, D. H. (2024). Nomophobia and Self-Esteem: A Study of Migrant Students' Psychological Well-Being. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 8(2), 223. <https://doi.org/10.30598/jbkt.v8i2.2014>

- Rachma, N. M., & Rozi, F. (2024). Pengaruh Self-Control dan Loneliness terhadap Nomophobia pada Generasi Z. *Jmpis*, 5(4), 903–911. <https://dinastirev.org/>
- Rachmi, N. A. (2021). *Pengaruh Self Esteem dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pasien Covid-19 Pasca Isolasi Mandiri di Perumahan X Kota Sidoarjo*.
- Rahayuningrum, D. C., & Sary, A. N. (2019). Studi Tingkat Kecemasan Remaja Terhadap No-Mobile Phone (Nomophobia). *Jurnal Keperawatan BSI*, 7(1), 49–55. <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk>
- Rahmawati, V. A., & Sodikin. (2020). Hubungan Interaksi Sosial, Kepercayaan Diri Dengan Harga Diri (Self Esteem) Anak Jalanan Di Kabupaten Banyumas. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, September*, 207–213. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>
- Ramadhani, M., & Ardani, T. A. (2023). *Studi Literatur : Nomophobia dan Distres Psikologis di Kalangan Generasi Muda terhadap Penggunaan Media Sosial*. May.
- Ramaita, R., Armaita, A., & Vandelis, P. (2019). Hubungan Ketergantungan Smartphone Dengan Kecemasan (Nomophobia). *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 89. <https://doi.org/10.35730/jk.v10i2.399>
- Retalia, R., Soesilo, T. D., & Irawan, S. (2022). Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Interaksi Sosial Remaja. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 12(2), 139–149. <https://doi.org/10.24246/j.js.2022.v12.i2.p139-149>
- Rizal, I., & Widianoro, D. (2022). No Mobile Phone Phobia (Nomophobia) Dengan Fear of Missing Out Pada Pengguna Media Sosial. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 3(1), 35. <https://doi.org/10.24014/pib.v3i1.14882>
- Rosenberg, M. (1965). *Society And The Adolescent Self-Image*. Princeton University Press, Princeton. <https://www.jstor.org/stable/j.ctt183pjih>
- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480.
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6601_2
- Sabrina, K. N., Syakarofath, N. A., Karmiyati, D., & Widyasari, D. C. (2022). Loneliness dan Internalizing Problems Remaja. *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, 5(2), 142–149. <https://doi.org/10.36341/psi.v5i2.2337>

- Salim, H. (2023). Fenomena Urbanisasi Kota Surabaya (Studi Pertambahan Penduduk Berusia Muda). *Prosiding Seminar Nasional*, 938–946.
- Salsabila, D. F., Saffanah Qalbi, A. F., Aziz, A. M., Etniko, A., & Tahir Rauf, K. N. (2022). Perbedaan Self-Esteem antara Mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri dengan Perguruan Tinggi Swasta. *Journal of Psychology Students*, 1(1), 45–56. <https://doi.org/10.15575/jops.v1i1.17458>
- Sandy, S. S. (2021). Hubungan Antara Smartphone Addiction dengan Nomophobia pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 1, 76. <https://repository.uir.ac.id/8839/>
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span Development* (8th ed.). McGraw-Hill, 2002.
- Sapsuha, N., Musawwir, & Saudi, A. N. A. (2023). Hubungan Harga Diri dengan Kecenderungan Nomophobia pada Usia Dewasa Awal di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(1), 134–140. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i1.2166>
- Saripah, A. N., & Pratiwi, L. (2020). Hubungan Kesepian dan Nomophobia Pada Mahasiswa Generasi Z. *Jurnal Ilmiah Penelitian Psikologi*, 6(1), 35–46. <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/jipp/article/view/9258>
- Saskia, C. (2023). *Ada 354 Juta Ponsel Aktif di Indonesia, Terbanyak Nomor Empat Dunia*. Kompas.Com. <https://tekno.kompas.com/read/2023/10/19/16450037/ada-354-juta-ponsel-aktif-di-indonesia-terbanyak-nomor-empat-dunia#:~:text=Jumlah ponsel aktif di Indonesia>
- Sears, D. O., Freedman, J. L., & Peplau, L. A. (1985). *Social Psychology* (5th ed.). Prentice-Hall.
- Sellawati, F., Pratikto, H., & Aristawati, A. R. (2022). Keadaan Loneliness Pada Dewasa Awal: Benarkah Ada Peranan Parental Attachment? *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(3), 281–288.
- Setiawan, A. (2024). Penerapan Cara Berkenalan Dalam Upaya Meningkatkan Kemampuan Sosialisasi Pada Klien Isolasi Sosial Di Ruang Nuri Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Lampung. *Cendikia Muda*, 4, 101–109. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/569/374>
- Setya, N. (2022). Raising Self Esteem in Teenagers: Sebuah Upaya untuk Penguatan Karakter Siswa. *Prosiding SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan Dan Pembelajaran)*, 5, 915–922.
- Shelyne. (2023). *Pengaruh Loneliness Terhadap Kecenderungan Nomophobia Pada Mahasiswa Perantau di Kota Makasar*. 1–23.

- Shelyne, Saudi, A. N. A., & Nurhikmah. (2024). *Pengaruh Loneliness Terhadap Kecenderungan Nomophobia pada Mahasiswa Perantau di Kota Makassar*. 4(2), 406–411. <https://doi.org/10.56326/jpk.v4i2.3564>
- Simanjuntak, J. G. L. L., Prasetio, C. E., Tanjung, F. Y., & Triwahyuni, A. (2021). Psychological Well-Being Sebagai Prediktor Tingkat Kesenian Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 11(2), 158. <https://doi.org/10.26740/jptt.v11n2.p158-175>
- Siregar, E. Y., Nababan, E. M., Ginting, E. R., Nainggolan, B. A., Ritonga, D. L., & Nababan, D. (2022). Perlunya Pembinaan Terhadap Dewasa Awal Dalam Menghadapi Tugas Perkembangannya. *Lumen: Jurnal Pendidikan Agama Katekese Dan Pastoral*, 1(2), 16–22. <https://doi.org/10.55606/lumen.v1i2.39>
- Skoko, A., Kaeser, J., Seewer, N., & Krieger, T. (2024). Preliminary investigation of the regulatory loop of loneliness and the protective role of self-esteem – a cross-sectional study. *Current Psychology*, 43(29), 24664–24677. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06185-0>
- Sugiyono. (2014). *Statistika untuk penelitian*.
- Sutarsih, T., Sari, E., Syakilah, A., & Maharani, K. (2024). *Statistik Telekomunikasi Indonesia 2023* (R. Rufiadi (ed.); Vol. 12). Badan Pusat Statistik.
- Tan, M. I., Esterina², N., Damayanti³, A., & Amanda, R. L. (2021). Hubungan Antara Kesenian Dengan Tindakan Self-Harming Selama Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa. *Jurnal Psibernetika*, 14(2), 121–127. <https://doi.org/10.30813/psibernetika>
- Valenti, G. D., Bottaro, R., & Faraci, P. (2024). Effects of Difficulty in Handling Emotions and Social Interactions on Nomophobia: Examining the Mediating Role of Feelings of Loneliness. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 22(1), 528–542. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00888-w>
- Walangitan, Z. T. Q., & Dewi, F. I. R. (2023). Harga Diri Dan Kepuasan Hidup Sebagai Prediktor Fear of Missing Out (Fomo). *Versi Cetak*, 8(1), 120–127. <https://doi.org/10.24912/>
- Widhiarso, W. (2010). *Berkenalan dengan Analisis Mediasi: Regresi dengan Melibatkan Variabel Mediator*. 1–5.
- Widihapsari, I. A. G. K., Puspita, S. A. L., Pradnyadari, N. M. D. S., Rakhmawati, D., & Joni, I. D. A. M. (2020). Pengalaman Mempertahankan Komitmen Berpasangan pada Perempuan Dewasa Awal yang Menjalani Hubungan dengan Laki-Laki yang Memiliki Penyakit Kronis. *INSAN Jurnal Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 5(1), 49. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v5i12020.49->

- Wijaya, I. B., Purnamasari, S. E., & Rinaldi, M. R. (2024). HARGA DIRI DAN NOMOPHOBIA PADA REMAJA PEREMPUAN. *Dinamika Psikologis: Jurnal Ilmiah Psikologis*, 1(1), 40–47. <https://doi.org/10.26486/jdp.v1i1.4202>
- Yildirim, C. (2014). Exploring the dimensions of nomophobia: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research CORE View metadata, citation and similar papers at core. *Computers in Human Behavior*, 130–137. <https://lib.dr.iastate.edu/etd>
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in Human Behavior*, 49, 130–137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>
- Yunior, R. S., & Rohmatun. (2022). Hubungan Antara Harga Diri dengan Kesepian pada Mahasiswa Rantau Di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Jurnal Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU)* 7, 000, 468–474. <http://repository.unissula.ac.id/23221/>
- Yunita, M. M., Isabel, K., Keziah, B. E., Natasya, M. C., & Wijaya, S. C. (2022). Self-Esteem Dan Kesepian Pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 4(2), 114–128. <https://doi.org/10.33024/jpm.v4i2.6126>
- Yuwanto, L. (2010). Causes of Mobile Phone Addiction. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 25(3), 225–229.
- Zelfina, T., & Nurmina. (2023). Hubungan Antara Loneliness Dengan Internet Addiction Pada Remaja Pengguna Media Sosial. *CAUSALITA : Journal of Psychology*, 1(2), 109–115. <https://doi.org/10.62260/causalita.v1i2.70>

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A