

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Singkat Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin

Lokasi yang menjadi tempat penelitian ini adalah Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin Fakultas Ushuluddin dan Humaniora yang terletak pada dua lokasi kampus. Kampus 1 yang ber-alamat di Jln. A. Yani, KM 4,5 Kec. Banjarmasin Timur, Kota Banjarmasin, dan kampus 2 yang ber-alamat di Jln. Pandarapan, Guntung Manggis, Landasan Ulin, Banjarbaru, Kalimantan Selatan. UIN Antasari Banjarmasin merupakan kampus negeri di bawah naungan Kementrian Agama Republik Indonesia yang resmi berdiri pada tahun 1964 yang mana pada waktu sekarang UIN Antasari resmi berubah status dari Institut Agama Islam Negeri Antasari Banjarmasin (IAIN) pada tahun 2017 tepatnya di bulan April dengan terbitnya Peraturan Presiden RI No. 36 Tahun 2017 yang mengesahkan alih status IAIN Antasari menjadi UIN Antasari. Dengan perubahan status menjadi UIN ini, maka UIN Antasari memiliki lima fakultas, yakni Fakultas Tarbiyah dan Keguruan (FTK), Fakultas Syariah (FS), Fakultas Bisnis dan Ekonomi Islam (FEBI), Fakultas Ushuluddin dan Humaniora (FUH), dan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi (FDIK) serta Pascasarjana.

2. Sejarah Singkat Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

Fakultas Ushuluddin dan Humaniora berdiri pada tanggal 22 September 1961 yang waktu itu bertempat di Amuntai, Kabupaten Hulu Sungai Utara. Pada tanggal 21 Oktober 1961, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora bersama Fakultas Tarbiyah dan Fakultas Adab telah memulai perkuliahan dengan dosen dan fasilitas seadanya. Dalam kondisi seperti itu, banyak permasalahan yang dihadapi, baik proses perkuliahan maupun urusan administrasi lainnya. Bertepatan dengan hari ulang tahun Gubernur Tentara Divisi ALRI Kalimantan Selatan, tanggal 17 Mei 1962, Gubernur meresmikan berdirinya Universitas Islam Antasari (UNISAN) dengan ketiga fakultas tersebut sebagai fakultasnya. Untuk meringankan beban pengelolaan dan pembiayaan, maka diajukan permohonan penegerian kepada Menteri Agama RI. Permohonan tersebut dikabulkan dengan Surat Keputusan Menteri Agama Nomor 88, tertanggal 27 Oktober 1964 ketiga fakultas tersebut dinegerikan. Upacara penegerian diselenggarakan pada tanggal 20 November 1964 dan tanggal ini dianggap sebagai hari jadi IAIN Antasari Banjarmasin.

Dimulai tahun 1978, secara bertahap Fakultas Ushuluddin diintegrasikan ke Banjarmasin. Pada tahun itu, mahasiswa Tingkat I sudah kuliah di Banjarmasin, sementara Tingkat II dan III masih melaksanakan kuliah di Amuntai. Tahun 1979 mahasiswa Tingkat I dan II sudah kuliah di Banjarmasin, yang masih mengikuti kuliah di Amuntai adalah mahasiswa Tingkat III. Pada tahun 1980 seluruh mahasiswa Tingkat I, II dan III sudah kuliah di Banjarmasin. Sampai dengan tahun 1986, tercatat Sarjana Muda Fakultas Ushuluddin sebanyak 253 orang. Dalam

perkembangan selanjutnya, berdasarkan pertimbangan untuk meningkatkan mutu ilmiah dan efisiensi kerja IAIN Antasari, maka melalui SK Menteri Agama RI Nomor: 40 Tahun 1978, tertanggal 20 Mei 1978, Fakultas Ushuluddin diintegrasikan ke Banjarmasin. Dengan terbitnya SK Menteri Agama ini, maka di Amuntai tidak dibenarkan menerima mahasiswa baru lagi. Penerimaan mahasiswa baru dilakukan di Banjarmasin bergabung dengan fakultas-fakultas lainnya. Jurusan yang pertama kali dibuka di Fakultas Ushuluddin adalah Jurusan Perbandingan Agama. Jurusan ini dibuka pada tahun 1977, yang mana pembukaannya bersamaan dengan pembukaan kuliah Tingkat Doktoral atau Program Sarjana Lengkap tanggal 7 Februari 1977 di Banjarmasin. Setelah itu, Fakultas Ushuluddin terus mengalami perkembangan yang sangat pesat sampai pada saat ini, dan sekarang telah memiliki lima jurusan yang berkembang di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, antara lain Akidah dan Filsafat Islam, Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Ilmu Hadits, Psikologi Islam, dan Studi Agama-agama.¹

Saat ini, pada semester ganjil tahun akademik 2024/2025, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora memiliki jumlah mahasiswa aktif UIN Antasari Banjarmasin sebanyak 1.329 mahasiswa dengan pembagian yang dapat dilihat pada tabel 4. 1 berikut.

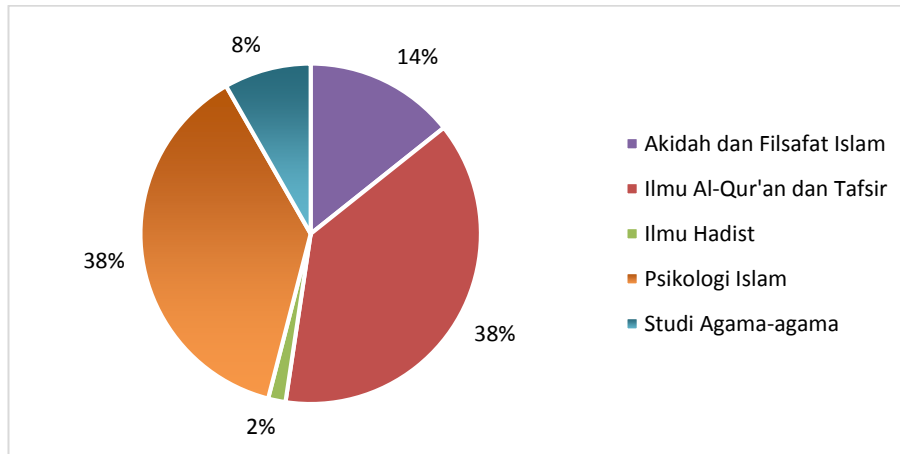
TABEL 4. 1 JUMLAH MAHASISWA AKTIF UIN ANTASARI BANJARMASIN FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

No.	Jurusan	Jumlah	Persentase
1.	Akidah dan Filsafat Islam	190	14.30%
2.	Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir	506	38.07%

¹ Sekretariat Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, *Sejarah Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora*, n.d., accessed May 15, 2024, <https://fuh.uin-antasari.ac.id/>.

LANJUTAN TABEL 4. 1

3.	Ilmu Hadits	22	1.66%
4.	Psikologi Islam	501	37.70%
5.	Studi Agama-agama	110	8.28%
Jumlah		1.329	100%

GAMBAR 4. 1 JUMLAH MAHASISWA AKTIF UIN ANTASARI BANJARMASIN FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

3. Visi, Misi dan Tujuan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

- a. Visi: Menjadi Pusat Pengembangan Ilmu-Ilmu Keushuluddin dan Humaniora yang Unggul dan Berakhlak
- b. Misi:
 - 1) Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran ilmu-ilmu keushuluddinan dan humaniora yang diperkaya dengan ilmu-ilmu sosial
 - 2) Mengembangkan penelitian ilmu-ilmu keushuluddinan dan humaniora yang relevan dengan kebutuhan masyarakat
 - 3) Membangun kerjasama dengan berbagai pihak dalam rangka pemberdayaan masyarakat

c. Tujuan:

- 1) *Menghasilkan sarjana muslim yang menguasai ilmu-ilmu keushuluddinan dan humaniora yang diperkaya dengan ilmu-ilmu sosial*
- 2) *Menghasilkan penelitian ilmu-ilmu keushuluddinan dan humaniora yang relevan dengan kebutuhan masyarakat*
- 3) *Terlaksananya kerjasama dengan berbagai pihak dalam rangka pemberdayaan masyarakat²*

4. Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

Fakultas Ushuluddin dan Humaniora memiliki berbagai program studi diantaranya Akidah dan Filsafat Islam, Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Ilmu Hadits, Psikologi Islam dan Studi Agama-agama. Dalam penelitian ini yang menjadi respondennya adalah mahasiswa tahun pertama yaitu angkatan 2024 yang merantau dengan jumlah populasi mahasiswa aktif sebanyak 182 mahasiswa, kemudian diturunkan dengan perhitungan sampel didapatkan sampel sebanyak 126 mahasiswa. Dilihat melalui perolehan data mahasiswa aktif 2024 yang merantau dari Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin, sebagai berikut:

² Sekretariat Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, *Fakultas Ushuluddin Dan Humaniora*, n.d., accessed May 15, 2024, <https://fuh.uin-antasari.ac.id/>.

TABEL 4. 2 DATA SAMPEL MAHASISWA TAHUN 2024 YANG MERANTAU DI FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA UIN ANTASARI BANJARMASIN

No	Program Studi	Sampel yang direncanakan	Sampel Lapangan
1.	Akidah dan Filsafat Islam	10	10
2.	Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir	38	38
3.	Ilmu Hadits	6	6
4.	Psikologi Islam	60	60
5.	Studi Agama-agama	12	12
Jumlah		126	126

Berdasarkan tabel 4. 2 dengan sampel yang direncanakan sebanyak 126 responden, setelah dilakukan riset penelitian sampel lapangan yang diperoleh sebanyak 126 responden, yang kemudian akan digunakan dalam penelitian ini dan dilakukan analisis datanya.

B. Pelaksanaan Penelitian

Dalam tahapan penelitian, penulis memaparkan seluruh proses-proses yang berkaitan dalam penyusunan pada penelitian ini, dijelaskan sebagai berikut:

TABEL 4. 3 TAHAPAN PENELITIAN

Hari/Tanggal	Pelaksanaan	Keterangan
Selasa, 28 November 2023	Studi Pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada para subjek	Via <i>Whatsapp</i>
Rabu, 29 November 2023	Studi Pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada para subjek	Via <i>Whatsapp</i>
Rabu, 9 Oktober 2024	Melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing mengenai penyusunan skala penelitian (<i>online</i>)	Bertemu langsung di kantor PSTPI UIN Antasari Banjarmasin

LANJUTAN TABEL 4.3

Jum'at, 18 Oktober 2024	Membuat surat permohonan izin melakukan riset penelitian yang kemudian diserahkan kepada masing-masing ketua jurusan di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora	Membuat permohonan izin riset penelitian di situs Salam UIN Antasari Banjarmasin
Sabtu, 19 Oktober 2024	Menyusun skala adaptasi penelitian (Skala <i>Nomophobia</i> dan Skala DASS-42) di <i>googleform</i> yang kemudian akan disebar via <i>online</i> kepada mahasiswa FUH 2024 yang merantau	Membuat kuesioner via <i>googleform</i> yang nantinya disebar secara <i>online</i>
Jum'at, 1 November 2024	Menyerahkan surat izin riset penelitian kepada masing-masing ketua jurusan di FUH (Akidah dan Filsafat Islam, Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir, Ilmu Hadits, Psikologi Islam, dan Studi Agama-agama)	Bertemu langsung di kampus 1 ruangan jurusan di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
Sabtu, 23 November 2024 s.d Selasa, 31 Desember 2024	Menyebarkan <i>link</i> kuesioner <i>googleform</i> kepada para responden	Via <i>Whatsapp</i>
Jum'at, 10 Januari 2025	Setelah jumlah responden terpenuhi sesuai dengan perhitungan terpenuhi, dilanjutkan untuk melakukan analisis data	Merekap data kuesioner/skala yang sudah dijawab responden

Proses alur penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini bisa dilihat pada tabel berikut ini:

TABEL 4. 4 ALUR PROSES PENELITIAN

No	Kegiatan	Pelaksanaan																											
		November 2023 Minggu Ke				Oktober 2024 Minggu Ke				November 2024 Minggu Ke				Januari 2025 Minggu Ke				Maret 2025 Minggu Ke				November 2025 Minggu Ke				Desember 2025 Minggu Ke			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Studi Pendahuluan				✓																								
2	Konsultasi skala penelitian ke dosen pembimbing						✓																						
3	Permintaan surat pengantar penelitian di Salam Antasari							✓																					
4	Menyusun skala penelitian di <i>googleform</i>							✓																					
5	Penyerahan surat pengantar penelitian ke masing-masing jurusan											✓																	
6	Penyebaran kuesioner penelitian												✓																
7	Mengolah data yang telah didapatkan dengan SPSS															✓													

koefisien reliabilitas minimum sebesar 0,7. Koefisien reliabilitas dikatakan semakin tinggi apabila mendekati angka 1,00 yang berarti bahwa adanya konsistensi yang sempurna dan pengukuran semakin reliabel.³ Selanjutnya, untuk skala depresi peneliti menggunakan skala baku DASS-42 yang dikembangkan oleh Lovibond dan Lovibond dan telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia oleh Darmawan Muttaqin yang telah memenuhi uji validitas konstruk dengan nilai GFI sebesar 0,954, CFI sebesar 0,956, dan RMSEA sebesar 0,049. Kemudian untuk reliabilitasnya yaitu sebesar 0,872 pada subskala depresi, 0,806 pada subskala kecemasan, dan 0,816 pada subskala stres.⁴

D. Hasil Analisis Data dan Interpretasi

1. Gambaran Umum Responden Penelitian

Penelitian ini menggunakan data primer berupa kuesioner yang disebarakan via *googleform* kepada subjek penelitian. Subjek penelitian yang dituju adalah mahasiswa angkatan pertama (angkatan 2024) yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora yang terdiri dari lima jurusan yaitu Akidah dan Filsafat Islam (AFI), Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir (IAT), Ilmu Hadits (ILHA), Psikologi Islam (PI), dan Studi Agama-agama (SAA). Jumlah item pernyataan pada skala *nomophobia* sebanyak 26 item dan skala DASS-42 sebanyak 42 item. Jumlah subjek penelitian terdiri dari 10 mahasiswa AFI, 38 mahasiswa IAT, 6 mahasiswa ILHA, 60 mahasiswa PI, dan 12 mahasiswa SAA.

³Novitasari, "Pelatihan Manajemen Diri Untuk Menurunkan Nomophobia Pada Mahasiswa," 59–60.

⁴ Muttaqin and Ripa, "Psychometric Properties of the Indonesian Version of the Depression Anxiety Stress Scale: Factor Structure, Reliability, Gender, and Age Measurement," 61.

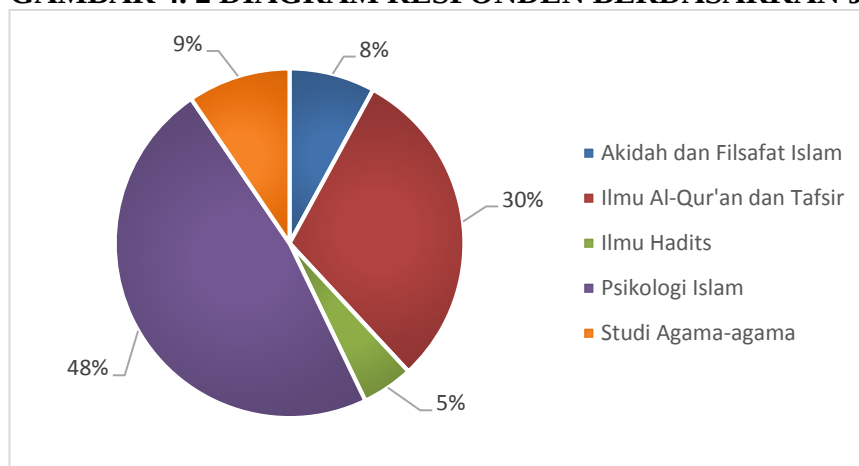
a. Gambaran Responden Berdasarkan Jurusan

TABEL 4. 5 RESPONDEN BERDASARKAN JURUSAN

No.	Jurusan	Jumlah	Persentase
1.	Akidah dan Filsafat Islam	10	7.94%
2.	Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir	38	30.16%
3.	Ilmu Hadits	6	4.76%
4.	Psikologi Islam	60	47.62%
5.	Studi Agama-agama	12	9.52%
Total		126	100.00%

Berdasarkan pengelompokkan jurusan sesuai tabel 4. 5, memperlihatkan jumlah responden penelitian berdasarkan jurusan, terdapat 10 responden dengan jurusan Akidah dan Filsafat Islam dengan persentase sebesar (7.94%), 38 responden dengan jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir dengan persentase sebesar (30.16%), 6 responden dengan jurusan Ilmu Hadits dengan persentase sebesar (4.76%), 60 responden dengan jurusan Psikologi Islam dengan persentase sebesar (47.62%), dan 12 responden dengan jurusan Studi Agama-agama dengan persentase sebesar (9.52%). Maka, dapat disimpulkan bahwa responden di dalam penelitian ini didominasi oleh mahasiswa dengan jurusan Psikologi Islam.

GAMBAR 4. 2 DIAGRAM RESPONDEN BERDASARKAN JURUSAN

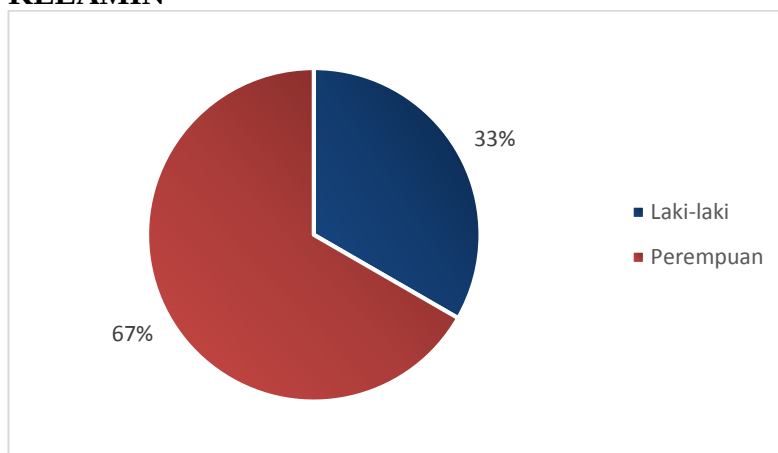


b. Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

TABEL 4. 6 PENGELOMPOKKAN MAHASISWA TAHUN PERTAMA YANG MERANTAU BERDASARKAN JENIS KELAMIN

No.	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1.	Laki-laki	42	33.33%
2.	Perempuan	84	66.67%
Total		126	100.00%

Berdasarkan pengelompokkan jenis kelamin sesuai tabel 4. 6, subjek dalam penelitian ini dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 42 orang dengan persentase (33.33%) sementara responden dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 84 orang dengan persentase (66.67%). Maka dapat disimpulkan bahwa responden di dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan. Berikut diagram responden ditinjau dari jenis kelamin.

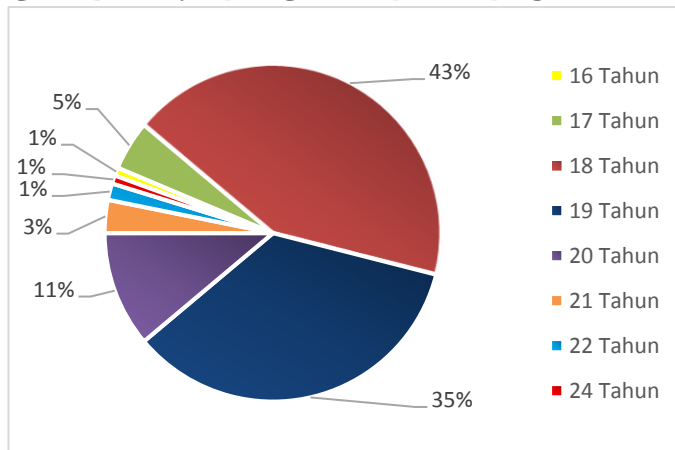
GAMBAR 4. 3 DIAGRAM RESPONDEN BERDASARKAN JENIS KELAMIN

c. Gambaran Responden Berdasarkan Usia

TABEL 4. 7 PENGELOMPOKKAN MAHASISWA TAHUN PERTAMA YANG MERANTAU BERDASARKAN USIA

No.	Usia	Jumlah	Persentase
1.	16 – 17	7	5.55%
2.	18 – 19	98	77.78%
3.	20 – 21	18	14.29%
4.	22 – 23	2	1.59%
5.	24 – 25	1	0.79%
Total		126	100.00%

Sesuai tabel 4. 7 di atas, memperlihatkan jumlah responden penelitian berdasarkan usia, terdapat 7 responden yang berusia dengan rentang 16-17 tahun dengan persentase (5.55%), 98 responden dengan rentang usia 18-19 tahun dengan persentase (77.78%), 18 responden dengan rentang usia 20-21 tahun dengan persentase (14.29%), 2 responden dengan rentang usia 22-23 tahun dengan persentase (1.59%), dan ada 1 responden dengan rentang usia 24-25 tahun dengan persentase (0.79%). Maka dapat disimpulkan bahwa responden pada penelitian ini didominasi pada usia dengan rentang 18-19 tahun yaitu sebanyak 98 orang. Untuk lebih spesifik pembagian jumlah usia responden bisa dilihat pada tabel berikut:

GAMBAR 4. 4 DIAGRAM DATA DESKRIPTIF BERDASARKAN USIA

d. Gambaran Responden Berdasarkan Asal Daerah

TABEL 4. 8 PENGELOMPOKKAN MAHASISWA TAHUN PERTAMA YANG MERANTAU BERDASARKAN ASAL DAERAH

No.	Asal Daerah	Jumlah	Persentase
1.	Kab. Banjar, Kalimantan Selatan	17	13.49%
2.	Kab. Tanah Bumbu, Kalimantan Selatan	11	8.73%
3.	Kab. Hulu Sungai Selatan, Kalimantan Selatan	10	7.94%
4.	Kab. Hulu Sungai Tengah, Kalimantan Selatan	9	7.14%
5.	Kab. Kotabaru, Kalimantan Selatan	8	6.35%
6.	Kab. Tabalong, Kalimantan Selatan	7	5.56%
7.	Kab. Tanah Laut, Kalimantan Selatan	7	5.56%
8.	Kab. Balangan, Kalimantan Selatan	6	4.76%
9.	Kab. Kapuas, Kalimantan Tengah	6	4.76%
10.	Kab. Barito Kuala, Kalimantan Selatan	5	3.97%
11.	Kab. Hulu Sungai Utara, Kalimantan Selatan	4	3.17%
12.	Kab. Paser, Kalimantan Timur	4	3.17%
13.	Kab. Tapin, Kalimantan Selatan	4	3.17%
14.	Kab. Kotawaringin Barat, Kalimantan Tengah	3	2.38%
15.	Kab. Kotawaringin Timur, Kalimantan Tengah	3	2.38%
16.	Kab. Barito Selatan, Kalimantan Tengah	2	1.59%
17.	Kab. Gunung Mas, Kalimantan Tengah	2	1.59%
18.	Kab. Penajam Paser Utara, Kalimantan Timur	2	1.59%
19.	Kab. Seruyan, Kalimantan Tengah	2	1.59%
20.	Kota Balikpapan, Kalimantan Timur	2	1.59%
21.	Kota Palangkaraya, Kalimantan Tengah	1	1.59%
22.	Kab. Barito Timur, Kalimantan Tengah	1	0.79%
23.	Kab. Barito Utara, Kalimantan Tengah	1	0.79%
24.	Kab. Bone-Bone, Sulawesi Selatan	1	0.79%
25.	Kab. Kutai Kartanegara, Kalimantan Timur	1	0.79%
26.	Kab. Murung Raya, Kalimantan Tengah	1	0.79%
27.	Kab. Musi Banyuasin, Sumatera Selatan	1	0.79%
28.	Kab. Pulang Pisau, Kalimantan Tengah	1	0.79%
29.	Kab. Tamban Catur, Kalimantan Tengah	1	0.79%
30.	Kota Samarinda, Kalimantan Timur	1	0.79%
31.	Kota Surabaya, Jawa Timur	1	0.79%
Total		126	100.00%

Sesuai tabel 4. 8 di atas, memperlihatkan 31 Kota/Kabupaten asal daerah dari responden dalam penelitian ini. Sebanyak 17 responden berasal dari Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan dengan persentase (13.49%). 11 responden berasal dari

Kabupaten Tanah Bumbu, Kalimantan Selatan dengan persentase (8.73%). 10 responden berasal dari Kabupaten Hulu Sungai Selatan, Kalimantan selatan dengan persentase (7.94%), 9 responden berasal dari Kabupaten Hulu Sungai tengah, Kalimantan Selatan dengan persentase (7.14%). 8 responden berasal dari Kabupaten Kotabaru, Kalimantan Selatan dengan persentase (6.35%). 7 responden berasal dari Kabupaten Tabalong, Kalimantan Selatan dengan persentase (5.56%). 7 responden berasal dari Kabupaten Tanah Laut, Kalimantan Selatan dengan persentase (5.56%). 6 responden berasal dari Kabupaten Balangan, Kalimantan Selatan dengan persentase (4.76%). 6 responden berasal dari Kabupaten Kapuas, Kalimantan Selatan dengan persentase (4.76%). 5 responden berasal dari Kabupaten Barito Kuala, Kalimantan Selatan dengan persentase (3.97%). 4 responden berasal dari Kabupaten Hulu sungai Utara, Kalimantan Selatan dengan persentase (3.17%). 4 responden berasal dari Kabupaten Paser, Kalimantan Selatan dengan persentase (3.17%). 4 responden berasal dari Kabupaten Tapin, Kalimantan Selatan dengan persentase (3.17%). 3 responden berasal dari Kabupaten Kotawaringin Barat, Kalimantan Tengah dengan persentase (2.38%). 4 responden berasal dari Kabupaten Kotawaringin Timur, Kalimantan Tengah dengan persentase (2.38%). 2 responden berasal dari Kabupaten Barito Selatan, Kalimantan Tengah dengan persentase (1.59%). 2 responden berasal dari Kabupaten Gunung Mas, Kalimantan Tengah dengan persentase (1.59%). 2 responden berasal dari Kabupaten Penajam Paser Utara, Kalimantan Timur dengan persentase (1.59%). 2 responden berasal dari Kabupaten Seruyan, Kalimantan Tengah dengan persentase (1.59%). 2 responden berasal dari Kota Balikpapan, Kalimantan Timur dengan

persentase (1.59%). 1 responden berasal dari Kota Palangkaraya, Kalimantan Tengah dengan persentase (0.79%). 1 responden berasal dari Kabupaten Barito Timur, Kalimantan Tengah dengan persentase (0.79%). 1 responden berasal dari Kabupaten Barito Utara, Kalimantan Tengah dengan persentase (0.79%). 1 responden berasal dari Kabupaten Bone-Bone, Sulawesi Selatan dengan persentase (0.79%). 1 responden berasal dari Kabupaten Kutai Kartanegara, Kalimantan Timur dengan persentase (0.79%). 1 responden berasal dari Kabupaten Murung Raya, Kalimantan Tengah dengan persentase (0.79%). 1 responden berasal dari Kabupaten Musi Banyuasin, Sumatera Selatan dengan persentase (0.79%). 1 responden berasal dari Kabupaten Pulang Pisau, Kalimantan Tengah dengan persentase (0.79%). 1 responden berasal dari Kabupaten Tamban Catur, Kalimantan Tengah dengan persentase (0.79%). 1 responden berasal dari Kota Samarinda, Kalimantan Timur dengan persentase (0.79%). Dan, 1 responden berasal dari Kota Surabaya, Jawa Timur dengan persentase (0.79%).

e. Gambaran Responden Berdasarkan Domisili Sekarang

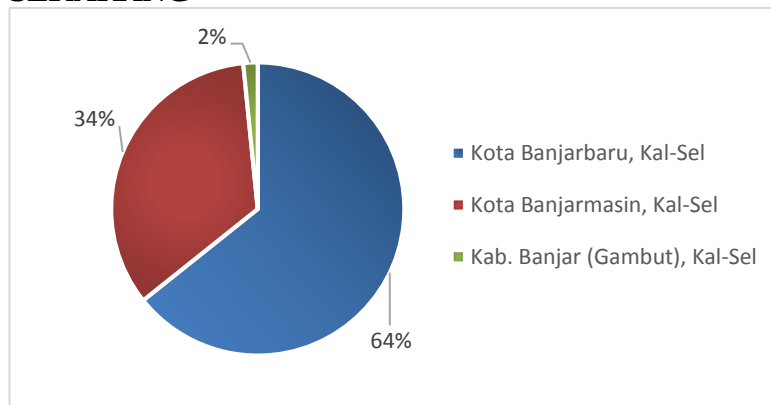
TABEL 4. 9 PENGELOMPOKKAN MAHASISWA TAHUN PERTAMA YANG MERANTAU BERDASARKAN DOMISILI SAAT INI

No.	Kabupaten/Kota	Jumlah	Persentase
1.	Kota Banjarbaru, Kalimantan Selatan	81	64.29%
2.	Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan	43	34.13%
3.	Kab. Banjar (Gambut), Kalimantan Selatan	2	1.59%
Total		126	100.00%

Sesuai tabel 4. 9 di atas memperlihatkan jumlah responden berdasarkan domisili saat ini. Ada 81 responden yang berdomisili sekarang di Kota Banjarbaru, Kalimantan Selatan dengan persentase (64.29%), 43 responden yang berdomisili

sekarang di Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan dengan persentase (34.13%), dan 2 responden yang berdomisili sekarang di Kabupaten Banjar (Gambut), Kalimantan Selatan dengan persentase (1.59%). Maka dapat disimpulkan bahwa responden pada penelitian ini didominasi mahasiswa yang berdomisili sekarang di Kota Banjarbaru, Kalimantan Selatan.

GAMBAR 4. 5 DIAGRAM RESPONDEN BERDASARKAN DOMISILI SEKARANG



f. Gambaran Responden Berdasarkan Status Tempat Tinggal

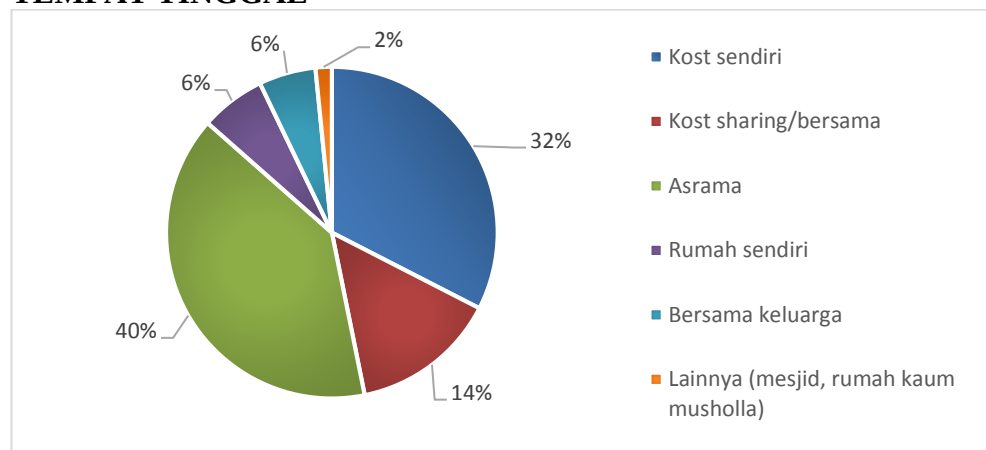
TABEL 4. 10 PENGELOMPOKKAN MAHASISWA TAHUN PERTAMA YANG MERANTAU BERDASARKAN STATUS TEMPAT TINGGAL

No.	Status Tempat Tinggal	Jumlah	Persentase
1.	Kost sendiri	41	32.54%
2.	Kost <i>sharing</i> /bersama	18	14.29%
3.	Asrama	50	39.68%
4.	Rumah sendiri	8	6.35%
5.	Bersama keluarga	7	5.56%
6.	Lainnya (mesjid, rumah kaum musholla)	2	1.59%
Total		126	100.00%

Sesuai tabel 4. 10 memperlihatkan jumlah responden tahun pertama yang merantau berdasarkan status tempat tinggal. Sebanyak 41 responden bersatatus tempat tinggal kost sendiri dengan persentase (32.54%). 18 responden berstatus tempat tinggal kost *sharing*/bersama dengan persentase (14.29%). 50 responden

berstatus tempat tinggal asrama dengan persentase (39.68%). 8 responden berstatus tempat tinggal rumah sendiri dengan persentase (6.35%), 7 responden berstatus tempat tinggal bersama keluarga dengan persentase (5.56%), dan 2 responden berstatus tempat tinggal di musholla dan rumah kaum mesjid dengan persentase (1.59%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa jumlah responden didominasi berstatus tempat tinggal asrama dan kost sendiri.

GAMBAR 4. 6 DIAGRAM DATA DESKRIPTIF BERDASARKAN STATUS TEMPAT TINGGAL



g. Gambaran Responden Berdasarkan Aplikasi Paling Sering Dibuka

TABEL 4. 11 PENGELOMPOKKAN PENGGUNAAN SMARTPHONE PADA MAHASISWA TAHUN PERTAMA YANG MERANTAU BERDASARKAN APLIKASI YANG PALING SERING DIBUKA

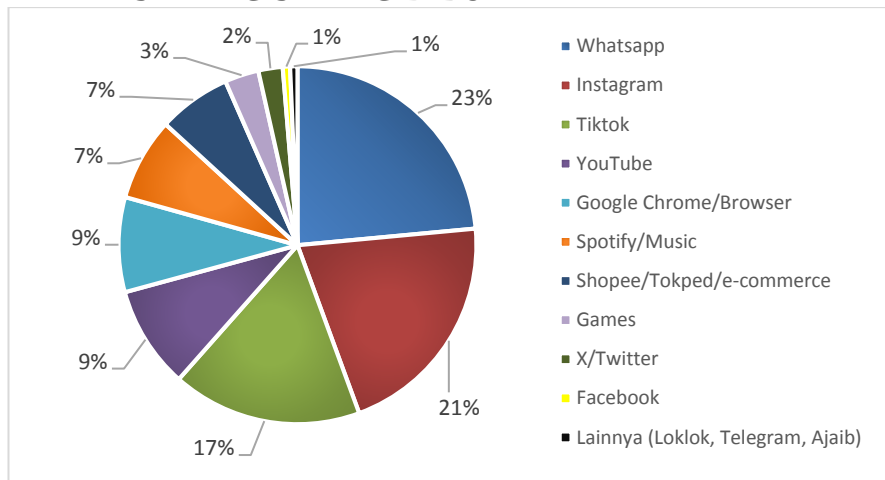
No.	Aplikasi	Jumlah	Persentase
1.	Whatsapp	107	23.52%
2.	Instagram	95	20.88%
3.	Tiktok	78	17.14%
4.	Youtube	42	9.23%
5.	Google Chrome/Browser	39	8.57%
6.	Spotify/Music	34	7.47%
7.	Shopee/Tokped/e-commerce	30	6.59%
8.	Games	14	3.08%
9.	X/Twitter	10	2.20%

LANJUTAN TABEL 4. 11

10.	Facebook	3	0.66%
11.	Lainnya (Loklok, Telegram, Ajaib)	3	0.66%
	Total	455	100.00%

Sesuai tabel 4. 11 di atas yang memperlihatkan 11 aplikasi pada *smartphone* yang paling sering digunakan oleh responden pada penelitian ini. Setiap responden boleh memilih lebih dari satu aplikasi sesuai dengan penggunaan pribadi. 107 responden memilih aplikasi Whatsapp dengan persentase (23.52%), 95 responden memilih aplikasi Instagram dengan persentase (20.88%), 78 responden memilih aplikasi Tiktok dengan persentase (17.14%), 42 responden memilih aplikasi YouTube dengan persentase (9.23%), 39 responden memilih aplikasi Google Chrome/*Browser* dengan persentase (8.57%), 34 responden memilih aplikasi spotify/*Music* dengan persentase (7.47%), 30 responden memilih aplikasi Shopee/Tokped/*e-commerce* dengan persentase (6.59%), 14 peserta memilih *Games* dengan persentase (3.08%), 10 responden memilih aplikasi X/Twitter dengan persentase (2.20%), 3 responden memilih aplikasi Facebook dengan persentase (0.66%), dan 3 responden memilih aplikasi lainnya (Loklok, Telegram, dan Ajaib) dengan persentase (0.66%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa aplikasi Whatsapp, Instagram dan Tiktok mendominasi pilihan responden.

GAMBAR 4. 7 DIAGRAM DATA DESKRIPTIF BERDASARKAN APLIKASI YANG SERING DIBUKA



h. Gambaran Responden Berdasarkan Durasi Pemeriksaan *Smartphone* Per Hari

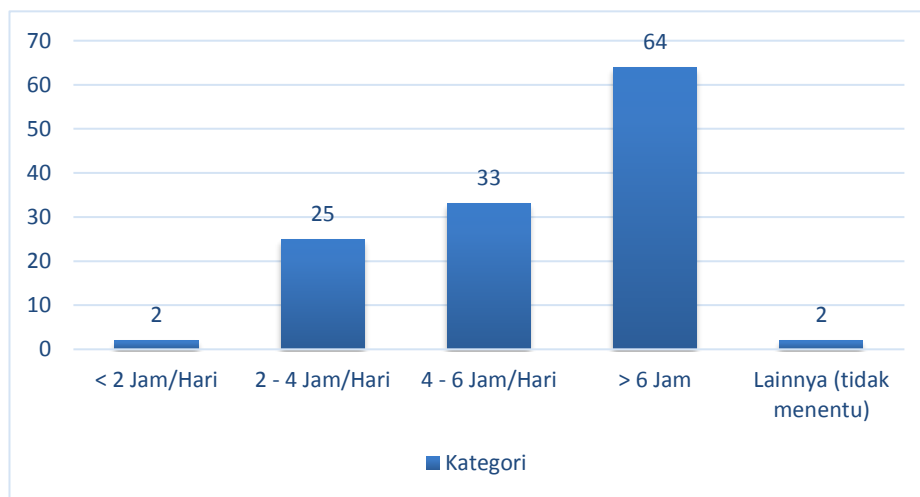
TABEL 4. 12 PENGELOMPOKKAN DURASI PEMERIKSAAN SMARTPHONE PER HARI

No.	Durasi per Hari	Jumlah	Persentase
1.	< 2 Jam	2	1.59%
2.	2 – 4 Jam	25	19.84%
3.	4 – 6 Jam	33	26.19%
4.	> 6 Jam	64	50.79%
5.	Lainnya (tidak menentu)	2	1.59%
Total		126	100.00%

Sesuai tabel 4. 12 memperlihatkan durasi pemeriksaan *smartphone* per hari pada responden dalam waktu satu hari. Sebanyak 2 responden melakukan pemeriksaan *smartphone* dengan durasi kurang dari 2 jam dengan persentase (1.59%), sebanyak 25 responden melakukan pemeriksaan *smartphone* dengan durasi 2 – 4 jam dengan persentase (19.84%), sebanyak 33 responden melakukan pemeriksaan *smartphone* dengan durasi 4 – 6 jam dengan persentase (26.19%), sebanyak 64 responden melakukan pemeriksaan *smartphone* dengan durasi lebih dari 6 jam dengan persentase (50.79%), dan sebanyak 2 responden melakukan

pemeriksaan *smartphone* dengan durasi yang tidak menentu dengan persentase (1.59%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa jumlah responden melakukan pemeriksaan *smartphone* lebih didominasi dengan durasi 6 jam lebih per harinya.

GAMBAR 4. 8 DIAGRAM DURASI PEMERIKSAAN SMARTPHONE PER HARI



i. Gambaran Responden Berdasarkan Frekuensi Pemeriksaan *Smartphone* Per Hari

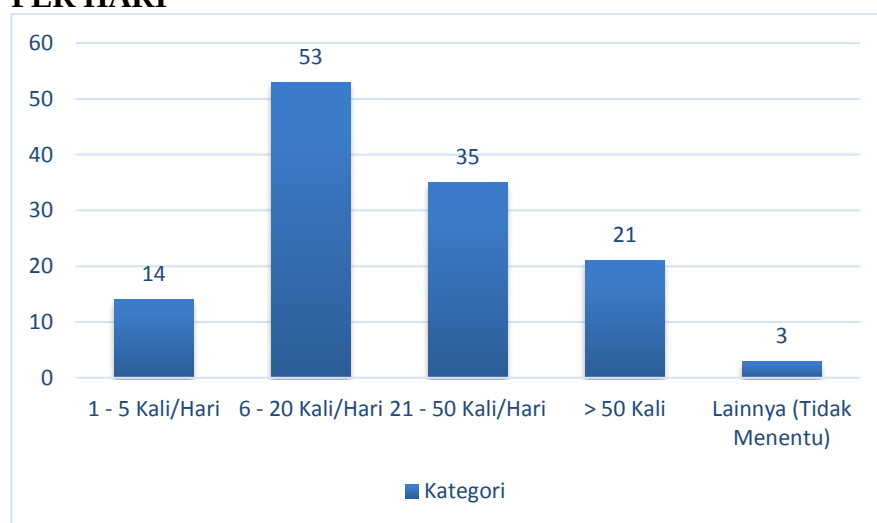
TABEL 4. 13 PENGELOMPOKKAN FREKUENSI PEMERIKSAAN SMARTPHONE PER HARI

No.	Frekuensi per hari	Jumlah	Persentase
1.	1 – 5 kali	14	11.11%
2.	6 – 20 kali	53	42.06%
3.	21 – 50 kali	35	27.78%
4.	> 50 kali	21	16.67%
5.	Lainnya (tidak menentu)	3	2.38%
Total		126	100.00%

Sesuai tabel 4. 13 di atas memperlihatkan frekuensi pemeriksaan *smartphone* per hari pada responden dalam waktu satu hari. Sebanyak 14 responden melakukan pemeriksaan *smartphone* dengan frekuensi 1 – 5 kali dengan persentase (11.11%), sebanyak 53 responden melakukan pemeriksaan *smartphone* dengan

frekuensi 6 – 20 kali dengan persentase (42.06%), sebanyak 35 responden melakukan pemeriksaan *smartphone* dengan frekuensi 21 – 50 kali dengan persentase (27.78%), sebanyak 21 responden melakukan pemeriksaan *smartphone* dengan frekuensi lebih dari 50 kali dengan persentase (16.67%), dan sebanyak 3 responden melakukan pemeriksaan *smartphone* dengan frekuensi yang tidak menentu dengan persentase (3.38%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa jumlah responden melakukan pemeriksaan *smartphone* lebih didominasi dengan frekuensi 6 – 20 kali per harinya.

GAMBAR 4. 9 DIAGRAM FREKUENSI PEMERIKSAAN SMARTPHONE PER HARI



2. Uji Asumsi

Uji asumsi yang dilakukan pada penelitian ini terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Tujuan dilakukannya uji asumsi adalah untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal dan linear.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas berfungsi untuk melihat data apakah berdistribusi normal atau tidak. Adapun data yang diuji untuk normalitas yaitu jumlah skor dari variabel *nomophobia* dan jumlah skor kecenderungan depresi. Metode uji normalitas menggunakan *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan ketentuan jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka bisa dikatakan bahwa data berdistribusi normal. Namun sebaliknya, jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka data tidak berdistribusi normal.⁵ Adapun hasil pengujian normalitas sebagai berikut:

TABEL 4. 14 HASIL UJI NORMALITAS *NOMOPHOBIA* DAN KECENDERUNGAN DEPRESI

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		126
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.00786170
Most Extreme Differences	Absolute	.138
	Positive	.138
	Negative	-.083
Test Statistic		.138
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel 4. 14 di atas dapat dilihat hasil pengujian dari uji normalitas pada penelitian ini dengan diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000

⁵ V. Wiratna Sujarweni, *SPSS Untuk Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2015), 55.

yang mana nilai tersebut $< 0,05$. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa nilai sebaran data dalam penelitian ini tidak berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Fungsi uji linearitas untuk mengetahui hubungan linear antar dua variabel, yaitu pada variabel *nomophobia* dan kecenderungan depresi. Adapun *interpretasi* dalam uji linearitas yaitu jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang linear antar dua variabel, dan sebaliknya jika nilai signifikansi $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang linear antar dua variabel yang diteliti. Berikut adalah hasil uji linearitas yang diperoleh:

TABEL 4. 15 HASIL UJI LINEARITAS NOMOPHOBIA DENGAN KECENDERUNGAN DEPRESI

ANOVA Table						
			Sum of Squares	df	Mean Square	F
Depresi * Nomophobia	Between Groups	(Combined)	3416.631	57	59.941	1.290
		Linearity	436.949	1	436.949	9.405
		Deviation from Linearity	2979.682	56	53.209	1.145
	Within Groups		3159.083	68	46.457	
	Total		6575.714	125		

Berdasarkan tabel 4. 15 di atas, diketahui nilai signifikansi (*deviation from linierity*) adalah 0,295 ($p>0,05$). Artinya, menunjukkan terdapat hubungan yang linear antara antara dua variabel. Sehingga, kesimpulannya adalah terdapat hubungan yang linear antara *nomophobia* dengan kecenderungan depresi.

3. Analisis Data Deskriptif Hasil Penelitian

Analisis deskriptif dalam penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran agar dapat menganalisa data yang telah dikumpulkan. Analisis deskriptif dapat memberikan perolehan nilai mean dan standar deviasi yang kemudian dapat digunakan untuk mengetahui frekuensi sebaran data.⁶

Selanjutnya, untuk mengetahui perhitungan kategorisasi tingkatan variabel penelitian, peneliti mempergunakan rumus perhitungan sebagai berikut:

Rendah : $X < (Mean - 1SD)$

Sedang : $(Mean - 1SD) \leq X < (Mean + 1SD)$

Tinggi : $X \geq (Mean + 1SD)$

Keterangan:

X : Skor Subjek

Mean : Nilai rata-rata

SD : Standar Deviasi

Rumus di atas bertujuan untuk mengelompokkan skor responden ke dalam tiga kategori: rendah, sedang, dan tinggi berdasarkan nilai rata-rata (mean) dan standar deviasi (SD). Kategori rendah mencakup skor yang lebih kecil dari nilai rata-rata dikurangi satu kali standar deviasi ($Mean - 1 SD$). Kategori sedang mencakup skor yang berada di antara nilai rata-rata dikurangi satu kali standar deviasi hingga nilai rata-rata ditambah satu kali standar deviasi ($Mean - 1 SD$ hingga $Mean + 1 SD$). Sementara itu, kategori tinggi mencakup skor yang lebih

⁶ Edi Riadi, *Statistika Penelitian (Analisis Manual Dan IBM SPSS)* (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2016), 57.

besar atau sama dengan nilai rata-rata ditambah satu kali standar deviasi ($\text{Mean} + 1 \text{ SD}$). Pendekatan ini membantu menganalisis data secara terstruktur dengan mempertimbangkan distribusi skor responden terhadap rata-rata dan tingkat penyimpangannya.

Uji analisis deskriptif yang digunakan oleh peneliti menggunakan bantuan SPSS *Statistic 22 for windows*. Untuk lebih lanjut bisa dilihat pada tabel di bawah ini:

TABEL 4. 16 HASIL UJI DESKRIPTIF *NOMOPHOBIA* DAN KECENDERUNGAN DEPRESI

Descriptive Statistics						
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Nomophobia	126	90	79	169	129.54	20.867
Depresi	126	31	0	31	8.05	7.253
Valid N (listwise)	126					

Tabel 4. 16 di atas merangkum hasil uji statistik deskriptif untuk dua variabel: *nomophobia* dan depresi. Pada variabel *nomophobia*, skor dari 126 responden memiliki rentang (*range*) nilai 90, skor minimum 79, skor maksimum 169, rata-rata (*mean*) 129,54, dan standar deviasi 20,867. Sedangkan, pada variabel depresi memiliki rentang nilai sebesar 31, skor minimal 0, skor maksimal 31, rata-rata (*mean*) 8,05, dan standar deviasi sebesar 7,253.

a. Analisis Data *Nomophobia*

Skala *nomophobia* memiliki 7 pilihan jawaban yang terdiri dari skor 1, 2, 3, 4, 5, 6, dan 7 dengan jumlah item sebanyak 26 pernyataan. Skor minimum untuk skala ini yaitu 26. Skor maksimum yaitu 182. Nilai rata-rata (*mean*) yaitu 104. Rentang (*range*) yaitu 156 dan standar deviasi 26. Berdasarkan data ini diolah

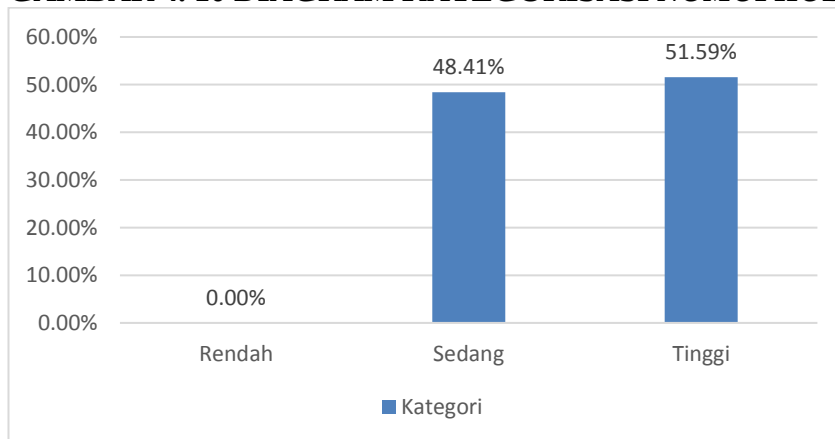
kembali dengan perhitungan manual untuk mengetahui tentang nilai kategorisasi variabel *nomophobia*. Nilai kategorisasi yang diperoleh sebagai berikut:

TABEL 4. 17 KATEGORISASI *NOMOPHOBIA*

Kategori	Rentang Nilai	F (Responden)	Persentase
Rendah	$X < 78$	0	0%
Sedang	$78 \leq X < 130$	61	48.41%
Tinggi	$X \geq 130$	65	51.59%
Total		126	100%

Berdasarkan pada tabel 4. 17 di atas, maka didapatkan hasil bahwa tingkat *nomophobia* pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora (FUH) UIN Antasari Banjarmasin berada pada kategori rendah sebanyak 0 mahasiswa dengan persentase (0%). Kategori sedang sebanyak 61 mahasiswa dengan persentase (48.41%). Dan pada kategori tinggi sebanyak 65 mahasiswa dengan persentase (51.59%). Kesimpulan dari 126 responden tersebut tidak ada satu pun yang berada ditingkat rendah.

GAMBAR 4. 10 DIAGRAM KATEGORISASI *NOMOPHOBIA*



b. Analisis Data Kecenderungan Depresi

Skala kecenderungan depresi menggunakan skala baku DASS-42 bagian depresi yang terdiri dari skor 0, 1, 2, dan 3. Jumlah item total keseluruhan adalah 42 item yang terbagi menjadi tiga bagian yaitu 14 item depresi, 14 item kecemasan (*anxiety*), dan 14 item stres. Untuk kategorisasi skala DASS-42 ini sudah baku ketentuannya, sebagai berikut:

TABEL 4. 18 KATEGORISASI DEPRESI KECEMASAN DAN STRES

Tingkat	Depresi	Kecemasan	Stres
Normal	0 – 9	0 – 7	0 – 14
Ringan	10 – 13	8 – 9	15 – 18
Sedang	14 – 20	10 – 14	19 – 25
Parah	21 – 27	15 – 19	26 – 33
Sangat Parah	>28	>20	>34

Pada skala DASS-42 yaitu bagian depresi terdapat 14 item dari 42 keseluruhan item, jadi skor paling minimum adalah 0 dan skor paling maksimum adalah 42. *Mean* nya adalah 21, *range* 42, dan standar deviasi 7. Dikarenakan hasil kategorisasi pada skala DASS-42 ini sudah baku seperti pada tabel 4. 18, jadi tidak perlu dilakukan kategorisasi manual. Sehingga diperoleh hasil kategorisasi responden untuk bagian depresi berdasarkan ketentuan baku sebagai berikut:

TABEL 4. 19 KATEGORISASI KECENDERUNGAN DEPRESI RESPONDEN

Tingkat	Rentang Nilai Depresi	F (Responden)	Persentase
Normal	0 – 9	83	65.87%
Ringan	10 – 13	13	10.32%
Sedang	14 – 20	20	15.87%
Parah	21 – 27	9	7.14%
Sangat Parah	>28	1	0.79%
Total		126	100%

Berdasarkan pada tabel 4. 19 di atas, maka didapatkan hasil bahwa tingkat skala kecenderungan depresi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin berada pada kategori normal sebanyak 83 responden dengan persentase (65.87%). Kategori ringan sebanyak 13 mahasiswa dengan persentase (10.32%). Kategori sedang sebanyak 20 mahasiswa dengan persentase (15.87%). Kategori parah sebanyak 9 mahasiswa dengan persentase (7.14%). Dan pada kategori sangat parah sebanyak 1 mahasiswa dengan persentase (0.79%). Kesimpulan dari 126 mahasiswa tersebut kecenderungan depresi didominasi dengan kategori normal.

Selanjutnya, sebagai data tambahan dalam penelitian ini juga dilakukan perhitungan kecenderungan tingkat kecemasan (*anxiety*) pada responden. Pada skala DASS-42 yaitu bagian kecemasan (*anxiety*) terdapat 14 item dari 42 keseluruhan item, jadi skor paling minimum adalah 0 dan skor paling maksimum adalah 42. *Mean* nya adalah 21, *range* 42, dan standar deviasi 7. Diperoleh hasil kategorisasi responden untuk bagian kecemasan (*anxiety*) berdasarkan ketentuan baku sebagai berikut:

TABEL 4. 20 KATEGORISASI KECENDERUNGAN KECEMASAN RESPONDEN

Tingkat	Rentang Nilai Kecemasan	F (Responden)	Persentase
Normal	0 – 7	30	23.81%
Ringan	8 – 9	18	14.29%
Sedang	10 – 14	40	31.75%
Parah	15 – 19	18	14.29%
Sangat Parah	>20	20	15.87%
Total		126	100%

Berdasarkan pada tabel 4. 20 di atas, maka didapatkan hasil bahwa tingkat skala kecenderungan kecemasan (*anxiety*) pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin berada pada kategori normal sebanyak 30 responden dengan persentase (23.81%). Kategori ringan sebanyak 18 mahasiswa dengan persentase (14.29%). Kategori sedang sebanyak 40 mahasiswa dengan persentase (31.57%). Kategori parah sebanyak 18 mahasiswa dengan persentase (14.29%). Dan pada kategori sangat parah sebanyak 20 mahasiswa dengan persentase (15.87%). Kesimpulan dari 126 mahasiswa tersebut kecenderungan kecemasan (*anxiety*) didominasi dengan kategori sedang.

Selanjutnya juga, sebagai data tambahan dalam penelitian ini juga dilakukan perhitungan tingkat kecenderungan stres pada responden. Pada skala DASS-42 yaitu bagian stres terdapat 14 item dari 42 keseluruhan item, jadi skor paling minimum adalah 0 dan skor paling maksimum adalah 42. *Mean* nya adalah 21, *range* 42, dan standar deviasi 7. Diperoleh hasil kategorisasi responden untuk bagian stres berdasarkan ketentuan baku sebagai berikut:

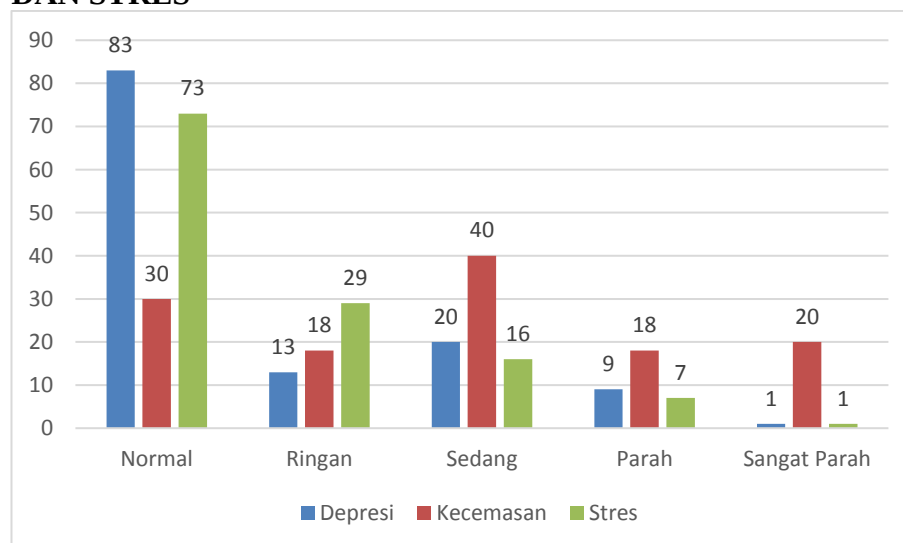
TABEL 4. 21 KATEGORISASI KECENDERUNGAN STRES RESPONDEN

Tingkat	Rentang Nilai Stres	F (Responden)	Persentase
Normal	0 – 14	73	57.94%
Ringan	15 – 18	29	23.02%
Sedang	19 – 25	16	12.70%
Parah	26 – 33	7	5.56%
Sangat Parah	>34	1	0.79%
Total		126	100%

Berdasarkan pada tabel 4. 21 di atas, maka didapatkan hasil bahwa tingkat skala kecenderungan stres pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin berada pada kategori normal sebanyak 73 mahasiswa dengan persentase (57.94%). Kategori ringan sebanyak 29 mahasiswa dengan persentase (23.02%). Kategori sedang sebanyak 16 mahasiswa dengan persentase (12.70%). Kategori parah sebanyak 7 mahasiswa dengan persentase (5.56%). Dan pada kategori sangat parah sebanyak 1 mahasiswa dengan persentase (0.79%). Kesimpulan dari 126 mahasiswa tersebut kecenderungan stres didominasi dengan kategori normal.

Kategorisasi hasil penelitian tingkat depresi, kecemasan, dan stres mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin dapat dilihat pada diagram 4. 11 berikut.

GAMBAR 4. 11 DIAGRAM KATEGORISASI DEPRESI KECEMASAN DAN STRES



4. Uji Mann Whitney

a. *Nomophobia* Berdasarkan Jenis Kelamin

TABEL 4. 22 MEAN NOMOPHOBIA BERDASARKAN JENIS KELAMIN

		Ranks		
	Jenis Kelamin	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Nomophobia	Laki-laki	42	54.65	2295.50
	Perempuan	84	67.92	5705.50
	Total	126		

Berdasarkan tabel 4. 22 di atas, memperlihatkan N (sampel) pada mahasiswa tahun pertama yang merantau berjenis kelamin laki-laki berjumlah 42 orang dengan nilai rata-rata (*mean*) *nomophobia* sebesar 54,65. Adapun untuk jumlah N (sampel) pada mahasiswa tahun pertama yang merantau yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 84 orang dengan nilai rata-rata (*mean*) *nomophobia* sebesar 67,92. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata *nomophobia* pada mahasiswa perempuan lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata *nomophobia* pada mahasiswa laki-laki.

TABEL 4. 23 NOMOPHOBIA BERDASARKAN JENIS KELAMIN

Test Statistics ^a	
	Nomophobia
Mann-Whitney U	1392.500
Wilcoxon W	2295.500
Z	-1.924
Asymp. Sig. (2-tailed)	.054

a. Grouping Variable: Jenis_Kelamin

Pada signifikansi responden berdasarkan jenis kelamin tidak memiliki perbedaan. Dapat dilihat pada tabel 4. 23 pada kolom nilai *sig. (2tailed)* yang

memiliki nilai sebesar 0,054. Berdasarkan pengambilan keputusan apabila nilai *sig.* (*2tailed*) < 0,05 maka terdapat perbedaan signifikan antara responden laki-laki dengan perempuan, namun apabila nilai *sig.*(*2tailed*) > 0,05 maka tidak terdapat perbedaan signifikan antara responden laki-laki dan perempuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa $0,054 > 0,05$ sehingga dalam penelitian ini diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan mengenai *nomophobia* antara laki-laki dan perempuan mahasiswa tahun pertama yang merantau.

b. Kecenderungan Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin

TABEL 4. 24 MEAN KECENDERUNGAN DEPRESI BERDASARKAN JENIS KELAMIN

		Ranks		
	Jenis Kelamin	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Depresi	Laki-laki	42	60.19	2528.00
	Perempuan	84	65.15	5473.00
	Total	126		

Berdasarkan tabel 4. 24 di atas, memperlihatkan N (sampel) pada mahasiswa tahun pertama yang merantau berjenis kelamin laki-laki berjumlah 42 orang dengan nilai rata-rata (*mean*) kecenderungan depresi sebesar 60,19. Adapun untuk jumlah N (sampel) pada mahasiswa tahun pertama yang merantau yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 84 orang dengan nilai rata-rata (*mean*) kecenderungan depresi sebesar 65,15. Maka, dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata kecenderungan depresi pada mahasiswa perempuan lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata kecenderungan depresi pada mahasiswa laki-laki.

TABEL 4. 25 KECENDERUNGAN DEPRESI BERDASARKAN JENIS KELAMIN

Test Statistics ^a	
	Depresi
Mann-Whitney U	1625.000
Wilcoxon W	2528.000
Z	-.722
Asymp. Sig. (2-tailed)	.471

a. Grouping Variable: Jenis_Kelamin

Pada signifikansi responden berdasarkan jenis kelamin tidak memiliki perbedaan. Dapat dilihat pada tabel 4. 25 di atas pada kolom nilai *sig. (2tailed)* yang memiliki nilai sebesar 0,471. Berdasarkan pengambilan keputusan apabila nilai *sig. (2tailed)* < 0,05 maka terdapat perbedaan signifikan antara responden laki-laki dengan perempuan, namun apabila nilai *sig.(2tailed)* > 0,05 maka tidak terdapat perbedaan signifikan antara responden laki-laki dan perempuan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa $0,471 > 0,05$ sehingga dalam penelitian ini diperoleh hasil yang menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan mengenai kecenderungan depresi antara laki-laki dan perempuan mahasiswa tahun pertama yang merantau.

5. Uji Hipotesis

Uji hipotesis memiliki tujuan untuk menemukan kesimpulan, apakah hipotesis awal penelitian dapat diterima atau ditolak.⁷ Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara *nomophobia* dengan kecenderungan depresi

⁷ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (Yogyakarta: PT Rineka Cipta, 2013), 116.

pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

a. Uji Korelasi

Uji korelasi pada penelitian ini menggunakan *Spearman's Rank Correlation Coefficient*, karena pada saat uji normalitas data tidak berdistribusi normal. Uji ini akan dilakukan oleh peneliti dengan bantuan program *IBM SPSS Statistic 22*. Adapun dasar pengambilan keputusan berdasarkan kriteria arah korelasi adalah jika koefisien korelasi bernilai positif, maka hubungan kedua variabel searah dan jika bernilai negatif, maka hubungan kedua variabel berlawanan. Dasar pengambilan keputusan berdasarkan kriteria nilai signifikansi korelasi *sig. (2-tailed) < 0,05*, maka terdapat korelasi antar dua variabel yang signifikan. Namun, jika nilai *sig. (2-tailed) > 0,05*, maka tidak terdapat korelasi antar dua variabel.⁸

1) Uji Korelasi *Nomophobia* dengan Kecenderungan Depresi

Hasil uji korelasi *nomophobia* dengan kecenderungan depresi menggunakan *Spearman's Rank Correlation Coefficient* dapat dilihat dari tabel berikut:

TABEL 4. 26 Uji Korelasi *SPEARMAN'S RANK CORRELATION COEFFICIENT* *NOMOPHOBIA* DENGAN KECENDERUNGAN DEPRESI

Correlations			Nomophobia	Depresi
Spearman's rho	Nomophobia	Correlation Coefficient	1.000	.277**
		Sig. (2-tailed)	.	.002
		N	126	126

⁸ Rochmat Aldy Purnomo, *Analisis Statistik Ekonomi Dan Bisnis Dengan SPSS* (Ponorogo: CV. Wade Group, 2017), 146.

Depresi	Correlation Coefficient	.277**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.002	.
	N	126	126

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel 4. 26 di atas menunjukkan nilai sig. (*2-tailed*) adalah $0,002 < 0,05$ yang menyatakan bahwa antara variabel *nomophobia* dan kecenderungan depresi memiliki hubungan yang signifikan. Nilai *Correlation Coefficient* sebesar 0,277 yang berarti memiliki arah yang searah karena bernilai positif. Dengan demikian, antara *nomophobia* dan kecenderungan depresi mempunyai hubungan yang signifikan serta arah yang searah antar keduanya. Semakin tinggi *nomophobia* maka semakin tinggi kecenderungan depresi, begitu sebaliknya, semakin rendah *nomophobia* maka semakin rendah kecenderungan depresinya. Adapun, tabel klasifikasi kekuatan korelasi menurut De Vaus sebagai berikut.⁹

TABEL 4. 27 INTERPRETASI KORELASI SPEARMAN RANK

Koefisien	Kekuatan Hubungan
>0,90	Mendekati sempurna
0,70 – 0,89	Sangat kuat
0,50 – 0,69	Kuat
0,30 – 0,49	Moderat (sedang)
0,10 – 0,29	Lemah
0,01 – 0,09	Kurang berarti
0,00	Tidak ada hubungan

Berdasarkan pada tabel 4. 26 menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi adalah sebesar 0,277. Jika dilihat berdasarkan tabel interpretasi pada tabel 4. 27, maka 0,277 termasuk dalam kategori hubungan yang lemah. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang lemah antara *nomophobia* dengan

⁹ Yusuf Elmande, *Statistik Sosial* (Jakarta: Universitas Mercu Buana, 2016).

kecenderungan depresi secara statistik. Hubungan yang signifikan berarti hubungan atau korelasi yang ditemukan antara dua variabel yaitu *nomophobia* dengan kecenderungan depresi memang terjadi. Artinya, jika *nomophobia* yang dialami mahasiswa tahun pertama yang merantau menunjukkan peningkatan maka cenderung diikuti peningkatan juga oleh kecenderungan depresi. Hubungan dengan kategori lemah mengartikan hubungan ini cenderung tidak terlalu erat, artinya peningkatan *nomophobia* tidak selalu diikuti oleh peningkatan kecenderungan depresi dengan pola yang sama pada setiap mahasiswa tahun pertama yang merantau. Misalnya, terdapat mahasiswa yang memiliki tingkat *nomophobia* tinggi tetapi kecenderungan depresinya rendah, dan sebaliknya terdapat mahasiswa dengan *nomophobia* rendah tetapi kecenderungan depresinya lebih tinggi. Kekuatan hubungan dengan kategori lemah juga dapat diartikan bahwa *nomophobia* bukan merupakan satu-satunya faktor yang berkaitan dengan kecenderungan depresi, melainkan masih terdapat berbagai faktor lain juga terhadap munculnya kecenderungan depresi yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

2) Uji Korelasi *Nomophobia* dengan Kecemasan

Hasil uji korelasi *nomophobia* dengan kecemasan menggunakan *Spearman's Rank Correlation Coefficient* dapat dilihat dari tabel berikut:

TABEL 4. 28 Uji Korelasi *SPEARMAN'S RANK CORRELATION COEFFICIENT* *NOMOPHOBIA* Dengan Kecemasan

Correlations			Peringkat Nilai Nomophobia	Peringkat Nilai Kecemasan
Spearman's rho	Peringkat Nilai Nomophobia	Correlation Coefficient	1.000	.268**
		Sig. (2-tailed)	.	.002
		N	126	126
	Peringkat Nilai Kecemasan	Correlation Coefficient	.268**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.002	.
		N	126	126

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel 4. 28 di atas menunjukkan nilai sig. (*2-tailed*) adalah $0,002 < 0,05$ yang menyatakan bahwa antara variabel *nomophobia* dan kecemasan memiliki hubungan yang signifikan. Nilai *Correlation Coefficient* sebesar 0,268 yang berarti memiliki arah yang searah karena bernilai positif. Dengan demikian, antara *nomophobia* dan kecemasan mempunyai hubungan yang signifikan serta arah yang searah antar keduanya. Semakin tinggi *nomophobia* maka semakin tinggi kecemasan, begitu sebaliknya, semakin rendah *nomophobia* maka semakin rendah kecemasannya.

Berdasarkan pada tabel 4. 28 menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi adalah sebesar 0,268. Jika dilihat berdasarkan tabel interpretasi pada tabel 4. 27, maka 0,268 termasuk dalam kategori hubungan yang lemah. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang lemah antara *nomophobia* dengan kecemasan

3) Uji Korelasi *Nomophobia* dengan Stres.

Hasil uji korelasi *nomophobia* dengan stres menggunakan *Spearman's Rank Correlation Coefficient* dapat dilihat dari tabel berikut:

TABEL 4. 29 UJI KORELASI *SPEARMAN'S RANK CORRELATION COEFFICIENT* *NOMOPHOBIA* DENGAN STRES

Correlations			Peringkat Nilai Nomophobia	Peringkat Nilai Stres
Spearman's rho	Peringkat Nilai Nomophobia	Correlation Coefficient	1.000	.325**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	126	126
	Peringkat Nilai Stres	Correlation Coefficient	.325**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	126	126

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel 4. 29 di atas menunjukkan nilai sig. (*2-tailed*) adalah $0,000 < 0,05$ yang menyatakan bahwa antara variabel *nomophobia* dan stres memiliki hubungan yang signifikan. Nilai *Correlation Coefficient* sebesar 0,325 yang berarti memiliki arah yang searah karena bernilai positif. Dengan demikian, antara *nomophobia* dan stres mempunyai hubungan yang signifikan serta arah yang searah antar keduanya. Semakin tinggi *nomophobia* maka semakin tinggi stres, begitu sebaliknya, semakin rendah *nomophobia* maka semakin rendah stresnya.

Berdasarkan pada tabel 4. 29 menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi adalah sebesar 0,325. Jika dilihat berdasarkan tabel interpretasi pada tabel 4.27, maka 0,325 termasuk dalam kategori hubungan yang moderat (sedang). Sehingga,

dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang moderat (sedang) antara *nomophobia* dengan stres.

6. Dimensi dan Indikator Pembentuk Utama

a. Dimensi Pembentuk *Nomophobia*

Pada variabel *nomophobia* terdapat 4 dimensi yakni tidak bisa komunikasi (*not being able to communicate*), kehilangan keterhubungan (*losing connectedness*), tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*), dan kehilangan kenyamanan (*giving up convenience*). Untuk menghitung sumbangan efektif setiap dimensi pada *nomophobia* yakni dengan cara membagi skor total setiap dimensi dengan skor total keseluruhan variabel. Setelah dilakukan perhitungan, diketahui skor untuk setiap dimensi yaitu untuk dimensi tidak bisa komunikasi (*not being able to communicate*) sebesar 4.889, dimensi kehilangan keterhubungan (*losing connectedness*) 4.041, dimensi tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*) sebesar 3.128, dan dimensi kehilangan kenyamanan (*giving up convenience*) sebesar 4.291, sedangkan untuk skor total keseluruhan variabel *nomophobia* sebesar 16.322. Berikut perhitungan dimensi *nomophobia*:

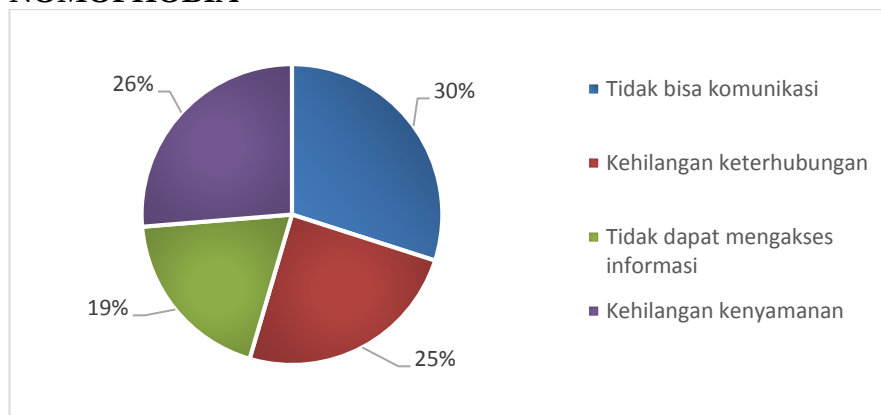
$$\text{Tidak Bisa Komunikasi} : \frac{4889}{16322} \times 100\% = 29,95\%$$

$$\text{Kehilangan keterhubungan} : \frac{4014}{16322} \times 100\% = 24,59\%$$

$$\text{Tidak dapat mengakses informasi} : \frac{3128}{16322} \times 100\% = 19,16\%$$

$$\text{Kehilangan kenyamanan} : \frac{4291}{16322} \times 100\% = 26,29\%$$

GAMBAR 4. 12 DIAGRAM RESPONDEN BERDASARKAN DIMENSI NOMOPHOBIA



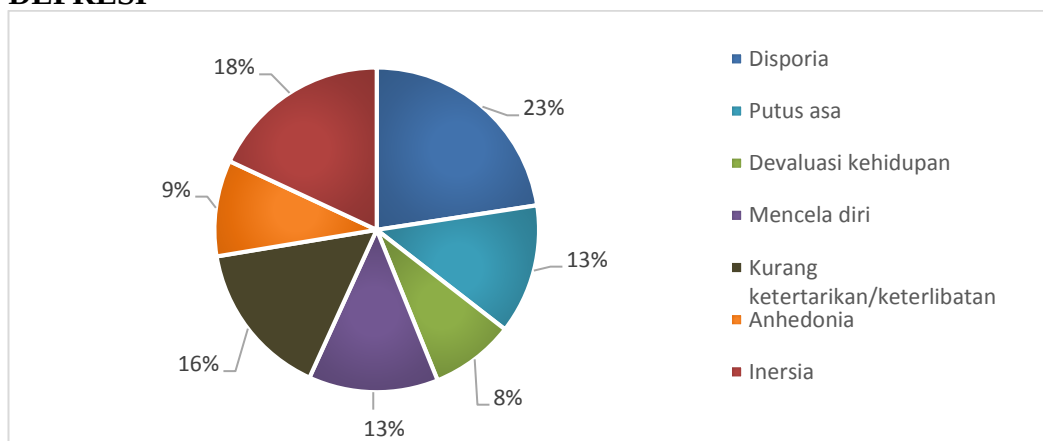
Dilihat dari perhitungan hasil sumbangan efektif di atas dari dimensi-dimensi *nomophobia* dengan memperoleh sumbangan efektif paling besar atau paling mendominasi terdapat pada dimensi tidak bisa komunikasi (*not being able to communicate*) dengan persentase sebesar (29,95%), untuk dimensi kehilangan kenyamanan (*giving up convenience*) dengan persentase sebesar (26,29%), selanjutnya, dimensi kehilangan keterhubungan (*losing connectedness*) dengan persentase sebesar (24,59%), dan terakhir pada dimensi tidak dapat mengakses informasi (*not being able to access information*) dengan persentase sebesar (19,16%).

b. Indikator Pembentuk Kecenderungan Depresi

Pada variabel depresi terdapat 7 indikator yakni disporia, putus asa (*hopelessness*), devaluasi kehidupan (*devaluation of life*), Mencela diri (*self-deprecation*), kurang ketertarikan/keterlibatan (*lack of interest/involvement*), anhedonia, dan inersia. Setelah dilakukan perhitungan, diketahui skor untuk setiap indikator depresi, yaitu:

Disporia	$: \frac{229}{1014} \times 100\% = 22,58\%$
Putus Asa	$: \frac{131}{1014} \times 100\% = 12,92\%$
Devaluasi Kehidupan	$: \frac{85}{1014} \times 100\% = 8,38\%$
Mencela diri	$: \frac{131}{1014} \times 100\% = 12,92\%$
Kurang Ketertarikan/Keterlibatan	$: \frac{158}{1014} \times 100\% = 15,58\%$
Anhedonia	$: \frac{97}{1014} \times 100\% = 9,57\%$
Inersia	$: \frac{183}{1014} \times 100\% = 18,05\%$

GAMBAR 4. 13 DIAGRAM RESPONDEN BERDASARKAN INDIKATOR DEPRESI



Dilihat dari perhitungan hasil sumbangan efektif di atas dari indikator depresi dengan memperoleh sumbangan efektif paling besar atau paling mendominasi terdapat pada indikator disporia dengan persentase sebesar

(22,58%), untuk indikator inersia dengan persentase sebesar (18,05%), untuk indikator kurang ketertarikan/keterlibatan dengan persentase sebesar (15,58%), untuk indikator putus asa dengan persentase sebesar (12,92%), untuk indikator mencela diri dengan persentase sebesar (12,92%), selanjutnya, indikator anhedonia dengan persentase sebesar (9,57%), dan terakhir pada indikator devaluasi kehidupan dengan persentase sebesar (8,38%).

E. Pembahasan

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin bisa dikatakan dijadikan salah satu pilihan oleh lulusan SMA-sederajat untuk merantau dengan tujuan melanjutkan pendidikan di Perguruan Tinggi. Individu yang memutuskan untuk melanjutkan ke Perguruan Tinggi di luar daerah dalam jangka waktu tertentu dan rela meninggalkan rumahnya disebut dengan mahasiswa rantau. Menjadi mahasiswa rantau akan merasakan keadaan yang berbeda dengan mahasiswa tidak merantau, yaitu jauh dari keluarga terutama orang tua maupun kerabat. Biasanya mahasiswa rantau akan cenderung untuk mencari teman sesama perantau sebelum mendapatkan teman yang tidak merantau, hal ini dilakukan karena mahasiswa perantau membutuhkan keberanian untuk mendapatkan teman baru yang berasal dari berbagai daerah yang berbeda.¹⁰ Kemudian, ketika memasuki dunia perkuliahan pada semester awal adalah masa yang penting bagi mahasiswa untuk menyesuaikan diri dengan kehidupan akademisnya dan kehidupan lingkungan

¹⁰ Mahfudhotin Nur Khoiratun Nisa, Dyan Evita Santi, and Aliffia Ananta, "Homesickness Pada Mahasiswa Perantau Tahun Pertama: Apakah Berhubungan Dengan Cultural Intelligence Dan Happiness," *Jiwa: Jurnal Psikologi Indonesia* 1, no. 2 (2023): 2.

barunya. Mahasiswa yang berada di semester ini harus belajar untuk menyesuaikan dirinya dengan kehidupan akademis yang baru.¹¹

Dikatakan oleh Hurlock mahasiswa bisa dikatakan termasuk dalam fase perkembangan masa dewasa awal. Pada masa ini merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Penyesuaian diri ini menjadikan periode ini suatu periode khusus dan sulit dari rentang hidup seseorang. Periode ini sangat sulit sebab sejauh ini sebagian besar anak mempunyai orangtua, guru, teman atau orang-orang yang bersedia menolong mereka mengadakan penyesuaian diri. Namun sekarang sebagai orang dewasa mereka dihadapkan dengan penyesuaian diri secara mandiri.¹²

Masa dewasa awal juga dianggap sebagai masa ketegangan emosional. Hal ini dikarenakan apabila seseorang berada di suatu wilayah baru, individu tersebut akan berusaha untuk memahami kondisi wilayah itu dan mungkin sekali akan bingung dan mengalami keresahan emosional. Apabila seseorang merasa tidak mampu mengatasi masalah-masalah utama dalam kehidupan mereka, mereka sering sedemikian terganggu secara emosional, sehingga mereka memikirkan atau mencoba untuk bunuh diri.¹³

Peneliti melakukan penelitian terhadap 126 orang mahasiswa/i di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin Fakultas Ushuluddin dan

¹¹ Nisa, Santi, and Ananta, "Homesickness Pada Mahasiswa Perantau Tahun Pertama: Apakah Berhubungan Dengan Cultural Intelligence Dan Happiness," 2.

¹² Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan; Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Kelima (Jakarta: Erlangga, 1980), 246.

¹³ Hurlock, *Psikologi Perkembangan; Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, 249–50.

Humaniora yang bertujuan untuk mengetahui tingkat *nomophobia*, tingkat kecenderungan depresi, dan hubungan *nomophobia* dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau dengan menggunakan alat ukur yaitu skala NMP-Q dan skala DASS-42.

Menjawab rumusan masalah yang pertama yakni tingkat *nomophobia* pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin berdasarkan data yang diperoleh, diolah, kemudian dianalisis didapatkan data sebanyak 0 mahasiswa berada pada kategori rendah dengan persentase (0%), 61 mahasiswa berada pada kategori sedang dengan persentase (48,41%), dan 65 mahasiswa berada pada kategori tinggi dengan persentase (51,59%). Berdasarkan dari hasil tersebut dapat disimpulkan tingkat *nomophobia* pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora didominasi oleh kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dinilai memiliki perasaan khawatir atau cemas saat tidak dapat terhubung dengan *smartphone*. Mahasiswa juga dinilai menggunakan *smartphone* secara berlebihan dan merasa kesulitan ketika jauh dari sebuah *smartphone*. Kondisi ini memperkuat munculnya kecenderungan kecemasan psikologis ketika tidak dapat terhubung dengan *smartphone*, yang dimana hal tersebut merupakan ciri utama dari *nomophobia* yaitu cemas dan khawatir yang berlebihan saat jauh dari *smartphone*. Yildirim dan Correia mengidentifikasi empat aspek *nomophobia* yang saling berkaitan, yaitu tidak dapat berkomunikasi, kehilangan jaringan atau konektivitas, tidak dapat mengakses informasi dan kehilangan kenyamanan karena

tidak memiliki akses terhadap *smartphone*.¹⁴ *Nomophobia* terjadi dikarenakan adanya penggunaan berlebihan dan rasa ketergantungan yang tinggi terhadap *smartphone*.¹⁵ Kondisi tersebut relevan dengan hasil penelitian dari Fauzah Nurul Latifah, Patmawaty Taibe, dan Titin Florentina Purwasetiawatik, dengan hasil penelitian mengenai *nomophobia* yang dilakukan pada mahasiswa Universitas Bosowa menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada *nomophobia* tingkat tinggi.¹⁶ Mahasiswa memiliki tingkat *nomophobia* yang tinggi dikarenakan waktu luang, tanggung jawab yang rendah, serta keingintahuan untuk menyelami teknologi yang luas untuk tujuan pendidikan atau penelitian. Sebaliknya, pada mereka yang lebih tua memiliki tingkat *nomophobia* dengan tingkat lebih rendah dikarenakan tekanan pekerjaan, beratnya komitmen keluarga, dan berkurangnya minat untuk memperbaharui teknologi.¹⁷ Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Fahira et al., yang menyoroti bahwasanya mahasiswa perantau cenderung lebih rentan terhadap *nomophobia* karena menjadikan *smartphone* sebagai media untuk pelarian terhadap rasa kesepian yang muncul.¹⁸

Adapun dimensi pembentuk utama dalam *nomophobia* pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin yaitu yang berkontribusi paling besar pada

¹⁴ Yildirim and Correia, "Exploring the Dimensions of Nomophobia."

¹⁵ Yusrina Tsabita Farhan and Rezkiyah Rosyidah, "Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Mahasiswa Perempuan Di Surabaya," *Personifikasi: Jurnal Ilmu Psikologi* 12, no. 2 (2021): 172–73.

¹⁶ Fauzah Nurul Latifah, Patmawaty Taibe, and Titin Florentina Purwasetiawatik, "Gambaran Kecenderungan Nomophobia Pada Mahasiswa Universitas Bosowa," *Jurnal Psikologi Karakter* 4, no. 2 (2024).

¹⁷ Aparna Kanmani, Bhavani Udayakumar, and Maragatham R. S., "Nomophobia An Insight Into Its Psychological Aspects in India," *The International Journal of Indian Psychology* 4, no. 2 (2017).

¹⁸ Fahira et al., "Kesepian dan Nomophobia pada Mahasiswa Perantau," 183.

nomophobia adalah dimensi tidak bisa komunikasi sebanyak (29,95%). Hal ini mengartikan bahwa mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora memiliki perasaan cemas atau khawatir ketika jauh dari *smartphone* dikarenakan tidak bisa melakukan komunikasi dengan oranglain termasuk orangtua, dosen, teman-teman atau relasi lainnya.

Penyebab *nomophobia* salah satunya adalah intensitas pemakaian *smartphone* yang tinggi, dimana tidak adanya larangan atau batasan. Perasaan senang dan nyaman yang diberikan oleh *smartphone* membuat penggunanya meningkatkan intensitas pemakaian *smartphone* sehingga memicu terjadinya *nomophobia*.¹⁹ Hasil dari penelitian yang dilakukan Rossa menunjukkan bahwa jika intensitas pemakaian *smartphone* tinggi maka resiko mengalami *nomophobia* juga tinggi.²⁰ Seperti hasil pada penelitian ini durasi pemeriksaan *smartphone* pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora dalam waktu satu hari. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden menggunakan *smartphone* dengan durasi diatas 6 jam per hari dengan jumlah responden 64 orang (50,79%) yang berarti menunjukkan hasil durasi yang sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa sangat bergantung dengan yang namanya *smartphone* untuk penggunaan sehari-hari seperti untuk keperluan akademik, kebutuhan komunikasi, serta hiburan. Durasi penggunaan *smartphone* yang lama ini menggambarkan kecenderungan

¹⁹ Anita Pasongli, Budi T. Ratag, and Angela F. C. Kalesaran, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Nomophobia Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi," *Jurnal Kesmas* 9, no. 6 (2020): 93.

²⁰ Rossa Elvira, "Hubungan Smartphone Addiction Dengan Kecenderungan Nomophobia Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh" (Skripsi, Syiah Kuala Banda Aceh, 2016).

penggunaan *smartphone* yang intens, baik untuk keperluan belajar ataupun aktivitas bersosial.

Pada mahasiswa perantau dukungan sosial dari keluarga sangat penting untuk menghindari perasaan kesepian. Individu yang merasa kesepian disebabkan oleh pengalaman berada jauh dari rumah dan perpisahan dengan orang yang disayangi seperti orang tua dan teman-teman. Halim dan Dariyo mengemukakan bahwa kesepian merupakan bentuk respon psikologis dari hilangnya figur kelekatan individu. Shemesha, Haiden, dan Eden mengemukakan bahwa kesepian yang dialami oleh mahasiswa merupakan hasil dari manifestasi kegagalan dalam menjalin hubungan yang lekat dan menurunnya kepuasan berhubungan sosial. Konsep kelekatan (*attachment*) awalnya dirumuskan oleh John Bowlby (1969). Kelekatan merupakan bagaimana bayi merasa aman dengan pengaruh hubungan yang terjadi antara bayi dan pengasuh mereka.²¹

Pada mahasiswa tahun pertama yang merantau, keterpisahan dengan keluarga dan teman-teman asal daerah dapat meningkatkan kebutuhan untuk tetap merasa dekat dengan orang-orang yang menjadi sumber dukungan emosional. *Smartphone* menjadi media utama untuk menjaga komunikasi tersebut. Apabila akses terhadap *smartphone* terhambat, sebagian mahasiswa dapat merasakan kecemasan karena merasa kehilangan sarana untuk memperoleh rasa aman dan

²¹ Annisa Khairun Ummah and Sitti Murdiana, "Gaya Kelekatan Dan Kesepian Pada Mahasiswa Perantau," *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi* 5, no. 01 (2024): 9.

dukungan emosional. Kondisi ini dapat meningkatkan kecenderungan munculnya *nomophobia*.

Temuan pada penelitian ini bahwa dimensi “tidak bisa komunikasi” adalah dimensi dominan *nomophobia* yang relevan dengan pemahaman bahwa *smartphone* sangat penting untuk membantu koneksi sosial. Perasaan ketakutan ini muncul dari potensi kehilangan koneksi dengan orang lain, terutama bagi individu yang tinggal jauh dari rumah alias mahasiswa perantau. Selain itu, intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi yang diamati (lebih dari 6 jam/hari untuk 50,79% responden) sangat mendukung penelitian sebelumnya yang mengaitkan penggunaan tinggi *smartphone* dengan *nomophobia*.

Dalam penelitian ini juga menunjukkan hasil bahwa kebanyakan mahasiswa menggunakan *smartphone* sebagai alat komunikasi, media sosial, dan alat mencari informasi. Sebesar (23,53%) memilih aplikasi WhatsApp sebagai aplikasi yang paling sering dibuka, kemudian diikuti aplikasi Instagram dan TikTok sebesar (20,88%) dan (17,14%). Pada bagian ini responden diperbolehkan memilih lebih dari satu aplikasi mengenai aplikasi yang sering dibuka. Dari hasil penelitian ini tergambar bahwa *smartphone* memiliki peran penting dalam kehidupan mahasiswa terutama untuk komunikasi dan sosial media. *Smartphone* menjadi pilihan mahasiswa dikarenakan kemudahan komunikasi yang ditawarkan, baik dalam bentuk pesan teks, panggilan suara, maupun video, yang memungkinkan mahasiswa untuk tetap terhubung dengan keluarga, teman, dan dosen, bahkan dalam situasi yang sibuk dan terbatas oleh jarak.

Berkaitan dengan penggunaan *smartphone* yang bijak dapat dikaitkan dengan pemanfaatan waktu dengan efektif. Dalam Islam dijelaskan mengenai prinsip-prinsip yang mengingatkan tentang keseimbangan hidup (termasuk istirahat), pentingnya waktu, dan kewajiban untuk tidak berlebihan. Sebagai muslim yang berpegang pada ajaran kitab suci Al-Qur'an maka selayaknya kita melihat dan mempelajari bagaimana Allah Swt. memberi petunjuk terkait fenomena-fenomena dalam menjalani kehidupan, sehingga manusia tidak masuk dalam golongan orang-orang yang merugi. Hal utama yang diingatkan adalah pemanfaatan waktu yang efektif dan efisien yang terkandung dalam surat Q.S. Al-Ashr/103: 1-3.

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

*Artinya: Demi masa. Sesungguhnya manusia benar-benar berada dalam kerugian. Kecuali orang-orang yang beriman dan beramal saleh serta saling menasihati untuk kebenaran dan kesabaran. (Q.S. al-Ashr/103:1-3).*²²

Quraish Shihab dalam *Tafsir Al-Mishbah Jilid 15*, mengemukakan penjelasan mengenai pemanfaatan waktu dengan baik. Manusia hendaknya mengisi waktu dengan kegiatan yang berguna bagi diri sendiri maupun orang lain, karena apabila waktu tidak dimanfaatkan dengan sebaik mungkin, maka disebutkan individu tersebut akan rugi dan celaka. Disebutkan juga bahwa waktu adalah hal

²² Kementrian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, Edisi Penyempurnaan (Jakarta: Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an, 2019), 908.

yang berharga, dalam Surat Al-Asr ini Allah Swt. mengabarkan para hamba bagaimana seharusnya waktu itu dipergunakan. Apabila waktu tidak dimanfaatkan dengan baik maka waktu akan berlalu begitu saja. Apabila waktu digunakan dengan hal negatif, maka Allah Swt. menyatakan bahwa manusia akan diliputi kesengsaraan dan celaka.²³ Kandungan dari ayat-ayat Al-Ashr sendiri merupakan solusi bagi manusia dalam menatap kehidupan, sehingga tidak menghabiskan waktu dengan sia-sia dan menjauhi menjadi golongan orang-orang yang merugi.²⁴

Dari pemaparan dalil beserta tafsir di atas dapat diketahui bahwa pemanfaatan waktu dengan baik sangat penting dilakukan, dengan mampu mengatur waktu agar tidak sia-sia di dunia dan di akhirat. Allah Swt. menjelaskan bahwa sungguh semua manusia berada dalam kerugian yang besar dalam berbagai aspek kehidupan dikarenakan tidak memanfaatkan kesempatan dengan baik. Allah Swt. mengabarkan bahwa orang-orang yang tidak rugi adalah orang yang beriman, beramal saleh, saling menasehati pada kebenaran dan kesabaran.

Sesuai dengan pemahaman mengenai pentingnya memanfaatkan waktu dengan baik dari surat Al-Ashr ayat 1-3 sebagai landasan keislaman, selanjutnya pembahasan beralih pada analisis terkait kesejahteraan psikologis pada kelompok mahasiswa tahun pertama yang merantau. Setelah melihat bagaimana Islam menekankan pentingnya waktu untuk beramal saleh dan kesabaran untuk menghindari kerugian, berikutnya adalah mengamati bagaimana temuan data

²³ Nurfajrina, "Surat Al-Asr Ayat 1-3: Arab, Latin, Arti Dan Tafsirnya."

²⁴ Oknita, "Fenomena Nomophobia Dalam Perspektif Al-Qur'an," 26.

penelitian mengenai gambaran tingkat kecenderungan depresi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di rumusan masalah yang kedua.

Menjawab rumusan masalah yang kedua yaitu tingkat kecenderungan depresi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin berdasarkan pengambilan data, pengolahan data, dan analisis data, maka peneliti menemukan tingkat kecenderungan depresi dalam kategori normal sebanyak 83 mahasiswa dengan persentase (65.87%), kategori ringan sebanyak 13 mahasiswa dengan persentase (10.32%), kategori sedang sebanyak 20 mahasiswa dengan persentase (15.87%), kategori parah sebanyak 9 mahasiswa dengan persentase (7.14%), dan pada kategori sangat parah sebanyak 1 mahasiswa dengan persentase (0.79%). Kesimpulan dari 126 mahasiswa tersebut kecenderungan depresi didominasi oleh kategori normal. Hal ini mengartikan bahwa kebanyakan mahasiswa tidak berada dalam keadaan depresi. Hal ini juga menunjukkan sebagian besar mahasiswa memiliki strategi koping yang cenderung baik dalam menghadapi tantangan baru dalam perkuliahan dan mahasiswa cukup mampu meredam hal-hal yang dapat menimbulkan gejala-gejala depresi. Mahasiswa kemungkinan memiliki kemampuan bersosialisasi yang bagus dan pandai bergaul yang berujung pada mahasiswa memiliki dukungan sosial dari teman sebaya.

Ada beberapa kemungkinan yang dapat menyebabkan hasil tingkat depresi mahasiswa yang rendah atau cenderung normal, seperti disebutkan di atas mahasiswa tahun pertama yang merantau memiliki strategi koping yang terkelola dengan baik. Strategi koping merupakan suatu proses yang dilakukan seorang

individu sebagai upaya dalam mengendalikan perbedaan yang dirasakan seperti tuntutan maupun situasi yang menimbulkan stres-stres. Strategi koping yang dilakukan oleh mahasiswa tahun pertama yang merantau mengenai lingkungan sosial dengan cara mulai berbaur dan membangun percakapan, serta mengikuti organisasi yang ada di kampus untuk mendapatkan teman maupun relasi yang lebih luas. Strategi koping lainnya seperti meminta dukungan sosial untuk mendapatkan informasi untuk menyelesaikan masalah juga dalam rangka mencari dukungan sosial sebagai upaya dalam mencari saran, bantuan, atau informasi.²⁵ Hasil ini bertolak belakang dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Bulan et, al., dengan hasil untuk tingkat depresi mahasiswa yang berkuliah. Tingkat depresi mahasiswa yang tinggal sendiri menunjukkan kecenderungan memiliki skor depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang tinggal dengan orangtua. Hal ini diduga disebabkan oleh perbedaan tingkat dukungan sosial dan emosional yang diterima. Mahasiswa yang tinggal sendiri seringkali menghadapi kesepian dan beban psikologis secara mandiri, sementara mahasiswa yang tinggal bersama orangtua cenderung mendapatkan dukungan emosional yang lebih stabil dan memiliki tempat untuk bercerita. Faktor-faktor lain seperti tuntutan akademik, adaptasi terhadap lingkungan baru, dan waktu istirahat yang terbatas juga dapat memperburuk kondisi psikologis mahasiswa.²⁶

²⁵ Yunita Ayu Rahmanda and Yohana Wuri Satwika, "Gambaran Stres Akulturatif Pada Mahasiswa Baru Yang Merantau (Beda Budaya)," *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 10, no. 1 (2023): 840–41.

²⁶ Bulan Ramadhani, Adhayani, and Oliviti Natali, "Comparison of Depression Rates Between Students Living with Parents and Living Alone in UNPRI Medical Students Class of 2022," *JISS: Journal of Indonesian Social Science* 6, no. 11 (2025): 3486.

Namun, apabila tingkat kecenderungan depresi (selain tingkat normal) diakumulasikan dari tingkat ringan, sedang, parah, dan sangat parah jumlah persentase mahasiswa yang mengalaminya sebanyak 43 mahasiswa dengan persentase (34,13%). Prevalensi ini bisa dikatakan relatif lebih rendah daripada sebagian besar responden. Namun, hal ini tetap menjadi sesuatu yang patut diperhatikan terhadap kesehatan psikologis pada mahasiswa tahun pertama yang merantau dan kemungkinan bisa berdampak pada kehidupan mahasiswa tersebut. Beberapa alasan yang membuat mahasiswa tahun pertama yang merantau mengalami gejala depresi adalah karena pada tahun pertama perkuliahan terjadi perubahan lingkungan belajar yang baru, jadwal yang padat, dan *homesickness* karena banyak mahasiswa yang tinggal jauh dari orang tua. Mahasiswa yang tidak bertempat tinggal bersama orang tua atau kos lebih merasakan kesendiriannya sehingga muncul *homesickness*. Dukungan keluarga terutama orang tua berperan dalam mengatasi depresi. Perpisahan dengan orang tua, sahabat, perpindahan tempat tinggal, perubahan sistem pendidikan, dan pertentangan sistem nilai kurangnya perhatian dapat menjadi sumber penyebab depresi pada mahasiswa baru.²⁷ Prevalensi sebesar (34,13%) yang diamati dalam penelitian ini mungkin juga disebabkan oleh kerentanan tertentu mahasiswa perantau tahun pertama dan fokus pada “kecenderungan” daripada diagnosis klinis.

Dalam perspektif teori kognitif Beck, depresi tidak hanya dipahami sebagai gangguan afek, tetapi sebagai hasil dari proses berpikir yang negatif, berulang, dan

²⁷ Ajeng Febrianti Rahayu et al., “Hubungan Kemampuan Adaptasi Dan Tempat Tinggal Dengan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Baru,” *Journal Of Community Mental Health and Public Policy* 3, no. 2 (2021): 55.

otomatis. Beck menjelaskan bahwa individu dengan depresi cenderung memiliki distorsi berpikir yang menghasilkan penilaian negatif terhadap diri, dunia, dan masa depan yang dikenal sebagai *cognitive triad*, yaitu pandangan negatif terhadap diri sendiri (*negative view of self*), pandangan negatif terhadap dunia atau lingkungan (*negative view of the world*), serta pandangan negatif terhadap masa depan (*negative view of the future*).²⁸ Mahasiswa tahun pertama yang merantau dihadapkan pada berbagai tuntutan, seperti proses adaptasi lingkungan baru, penyesuaian akademik, serta berpisah dari keluarga. Berdasarkan perspektif teori kognitif Beck, kondisi tersebut tidak secara langsung menyebabkan depresi, melainkan bergantung pada bagaimana mahasiswa memaknai pengalaman yang dihadapinya. Apabila mahasiswa menafsirkan kesulitan adaptasi, keterbatasan dukungan sosial, atau kecemasan ketika jauh dari *smartphone* sebagai bukti bahwa dirinya tidak mampu menghadapi situasi tersebut, maka pola pikir negatif tersebut berpotensi meningkatkan kecenderungan depresi.

Selanjutnya untuk indikator pembentuk utama berdasarkan perhitungan efektif pada variabel kecenderungan depresi, indikator yang berkontribusi paling besar pada kecenderungan depresi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin adalah disporia (ketidakbahagiaan atau ketidakpuasan umum) dengan persentase (22,58%). Indikator yang menyumbang persentase besar berikutnya yaitu inersia (kurangnya energi atau motivasi untuk melakukan suatu hal) dengan

²⁸ Khairunnisa Husaini, "Studi Kasus Klien Dengan Gangguan Depresi Mayor Di RS X: Tunjauan Berdasarkan Teori Kognitif Beck," *Liberosis: Jurnal Psikologi Dan Bimbingan Konseling* 15, no. 1 (2025): 5.

persentase (18,05%). Total persentase antara indikator disporia dan inersia sebesar (40,63%). Hal ini relevan bagi mahasiswa tahun pertama yang merantau dikarenakan gejala-gejala ini dapat secara langsung menghambat kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan akademik dan sosial yang baru, terlibat dalam aktivitas baru, atau dukungan dari sekitar. Hal ini menunjukkan bahwa kecenderungan depresi yang diamati terwujud sebagai ketidaknyamanan emosional dan dikarenakan kurangnya dorongan yang mendalam dari orang terdekat, yang berakibat mahasiswa melakukan pengasingan dari lingkungan sekitarnya dan penurunan kebahagiaan ataupun kenyamanan.

Dari penjelasan di atas bisa dilihat mahasiswa tahun pertama yang merantau menunjukkan bahwa banyak dari mereka menghadapi kesulitan nyata, seperti kerinduan atau *homesickness* dan tekanan akademik yang memicu gejala seperti ketidakbahagiaan (disporia) dan kehilangan motivasi (inersia). Selanjutnya, untuk melihat dari perspektif agama Islam mengenai bagaimana menghadapi cobaan atau ujian hidup berdasarkan dalil Al-Qur'an yang terkait. Suatu hal yang lumrah apabila seorang manusia ketika ditimpa sebuah cobaan dan ujian hidup mengalami perasaan sedih dan gundah termasuk depresi. Namun, setiap perasaan tersebut perlu dikontrol agar tidak berlebihan karena perasaan yang berlebihan tentunya akan menimbulkan penyakit.²⁹

²⁹ Muslimahayati and Rahmy, "Depresi dan Kecemasan Remaja Ditinjau dari Perspektif Kesehatan dan Islam," 2021, 41.

Salah satu ayat yang berbicara tentang emosi yaitu surah Al-Baqarah/2: 155, Allah berfirman:³⁰

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

Artinya: Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (Q.S. Al-Baqarah/2: 155).³¹

Menurut Sayyid Qutb, jiwa perlu ditempa menggunakan keterpurukan dan mengujinya menggunakan ketakutan, kelaparan, kesengsaraan dan kehancuran harta, kehidupan dan penghidupan. Ini adalah kondisi bagi orang beriman untuk bertumbuh pada iman terhadap tugas dan tanggung jawab yang wajib mereka penuhi. Sejalan dengan Sayyid Qutb, Quraish Shihab berpendapat bahwasanya ujian yang dihadapi manusia pada hakikatnya sedikit, dibanding dengan imbalan dan ganjaran yang didapatkan. Bentuk yang dimaksud dari ujian adalah rasa takut, cemas, keresahan hati, kekurangan harta, dan jiwa.³²

Pemahaman dari Sayyid Qutb dan Quraish Shihab mengenai surah Al-Baqarah ayat 155 mengenai ujian hidup yang mencakup rasa takut, cemas, keresahan hati, kekurangan harta, dan jiwa memberikan pandangan keislaman tentang perjuangan yang harus dihadapi oleh orang beriman. Sejalan dengan

³⁰ Ulfatul Halimah, "Emosi Manusia Pada Penerimaan Takdir Ujian Menurut Sayyid Qutb Dalam Tafsir Fi Zhilali Al Qura'n," n.d., 67.

³¹ Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahannya*, 31.

³² Halimah, "Emosi Manusia Pada Penerimaan Takdir Ujian Menurut Sayyid Qutb Dalam Tafsir Fi Zhilali Al Qura'n," 67.

pandangan bahwa ujian adalah penguat iman, selanjutnya pembahasan beralih kepada korelasi atau hubungan *nomophobia* dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau sebagaimana yang dirumuskan dalam rumusan penelitian yang ketiga.

Adapun untuk menjawab rumusan masalah ketiga dalam penelitian ini bertujuan untuk menguji korelasi antara *nomophobia* dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari. Hipotesis alternatif (H_a) diterima dan Hipotesis nol (H_o) ditolak dengan bantuan program SPSS menggunakan teknik *spearman's rank correlation coefficient* dengan korelasi sebesar 0,277 (positif) dengan nilai signifikansi $0,002 < 0,05$, yang mengartikan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *nomophobia* dengan kecenderungan depresi. Sehingga, semakin tinggi tingkat *nomophobia*, maka akan semakin tinggi pula tingkat kecenderungan depresi. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *nomophobia*, maka akan semakin rendah pula tingkat kecenderungan depresi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

Berdasarkan klasifikasi kekuatan korelasi menurut De Vaus, koefisien 0,277 termasuk dalam rentang 0,10 – 0,29, yang mengkategorikan hubungan ini sebagai “lemah”. Temuan adanya korelasi positif yang signifikan namun lemah merupakan penemuan hal yang bisa dianggap penting. Meskipun ada hubungan yang dapat dianalisis secara statistik antara *nomophobia* dan kecenderungan depresi, kelemahan korelasi ini menunjukkan bahwa *nomophobia* kemungkinan

bukan penentu tunggal atau utama dari gejala kecenderungan depresi dikalangan mahasiswa tahun pertama yang merantau. Namun, *nomophobia* lebih mungkin berperan sebagai salah satu faktor yang berkontribusi dalam menimbulkan stresor-stresor yang menjadi bagian dari pengalaman mahasiswa tahun pertama yang merantau (misalnya, *homesickness*, tantangan adaptasi, tekanan akademik, masalah keuangan).³³ Sumber lainnya menguatkan bahwa *nomophobia* dapat menyebabkan berbagai dampak negatif psikologis seperti penelitian yang telah dilakukan oleh Ozlem Cakmak Tolan dan Selma Karahan yang mengungkapkan bahwa *Nomophobia* berhubungan dengan depresi, kecemasan, dan stres pada mahasiswa universitas.³⁴ Disebutkan bahwa *nomophobia* dapat menyertai berbagai psikopatologi. Tolan dkk. menyebutkan bahwa tingkat depresi, kecemasan, dan stres merupakan prediktor yang signifikan untuk tingkat *nomophobia*. Studi menunjukkan bahwa individu dengan depresi lebih banyak menggunakan *smartphone* untuk mengatasi perasaan negatifnya. Oleh karena itu individu dengan tingkat depresi yang tinggi diperkirakan akan menunjukkan lebih banyak perilaku *nomophobia*.³⁵

Namun, ada beberapa alasan juga mengapa *nomophobia* dengan kecenderungan depresi memiliki hubungan yang lemah. Ada kemungkinan penyebab lain (selain *nomophobia*) yang berperan besar dalam menjelaskan

³³ Verren Isella, Arlends Chris, and Louis Valdo, "Pencapaian Akademik Memengaruhi Depresi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Kedokteran," *Jurnal Muara Merdeka Dan Psikologi Klinis* 2, no. 2 (2022): 97–103.

³⁴ Tolan and Karahan, "The Relationships between Nomophobia and Depression, Anxiety, Stress Levels of University Students," 115.

³⁵ Tolan and Karahan, "The Relationships between Nomophobia and Depression, Anxiety, Stress Levels of University Students," 126.

kecenderungan depresi yang dialami oleh mahasiswa perantauan pada tahun pertama perkuliahan. Bisa jadi *nomophobia* sendiri bukanlah penyebab utama satu-satunya. Hal-hal atau stresor-stresor yang kemungkinan memiliki peran yang lebih besar memicu timbulnya gejala depresi yang dirasakan oleh mahasiswa tahun pertama yang merantau misalnya, *homesickness*, tekanan akademik, dan masalah keuangan. Mahasiswa yang tinggal jauh dari keluarga dan tanah kelahiran sering mengalami beban psikologis yang cukup besar. Stres, sebagai respons terhadap tekanan dan tuntutan yang dialami, menjadi salah satu masalah psikologis yang sering muncul di antara mahasiswa saat masa perkuliahan.³⁶

Kemungkinan lainnya bisa dilihat berdasarkan perbandingan kekuatan korelasi dari hasil perhitungan menggunakan uji analisis dari *Spearman Rank* antara *nomophobia* dengan kecemasan dan stres. Untuk hasil uji korelasi antara *nomophobia* dengan kecemasan menunjukkan nilai signifikansi (*2-tailed*) sebesar $0,002 < 0,05$ yang menyatakan bahwa antara variabel *nomophobia* dan kecemasan memiliki hubungan yang signifikan dengan nilai *correlation coefficient*-nya sebesar 0,268 termasuk dalam kategori hubungan yang lemah. Sedangkan, hasil uji korelasi antara *nomophobia* dengan stres menunjukkan nilai signifikansi (*2-tailed*) sebesar $0,000 < 0,05$ yang menyatakan bahwa antara variabel *nomophobia* dan stres memiliki hubungan yang signifikan dengan nilai *correlation coefficient* sebesar 0,325 termasuk dalam kategori hubungan yang moderat (sedang). Disebutkan sebelumnya bahwa hasil uji korelasi *spearman rank* untuk *nomophobia* dengan

³⁶ Nur Ainil Fitri et al., "Tantangan Dan Strategi Mahasiswa Perantau UNNES Dalam Menjaga Kestabilan Mental Dan Pikiran: Studi Kasus Pada Mahasiswa Perantau UNNES," *Jurnal Majemuk* 3, no. 4 (2024): 680.

depresi dengan hasil *correlation coefficient* sebesar 0,277 dan dikategorikan lemah. Perbandingan *correlation coefficient* menunjukkan bahwa hubungan antara *Nomophobia* dengan stres adalah hubungan yang paling kuat dengan kategori moderat (sedang). Dari hasil perbandingan korelasi di atas, muncul dugaan bahwa *nomophobia* kemungkinan berperan dalam menciptakan kondisi stres dalam kehidupan mahasiswa tahun pertama yang merantau, sebelum perasaan itu berkembang menjadi kecemasan atau depresi. Ketergantungan yang berlebihan pada *smartphone* dapat secara langsung menciptakan stres, seperti kekhawatiran akan kehilangan koneksi, kehabisan baterai *smartphone* atau tidak membawa *smartphone* dapat mengganggu.

Pada dasarnya penelitian ini menemukan korelasi positif yang signifikan, namun lemah diantara *nomophobia* dengan kecenderungan depresi. Hal ini menggambarkan bahwa mahasiswa tahun pertama yang merantau rentan dalam menghadapi tantangan hidup jauh dari rumah yang kemudian bergantung pada *smartphone*. Ketika ketergantungan pada *smartphone* terjadi secara berlebihan, hal ini dapat berperan pada kerentanan baru seperti stres, kecemasan, ataupun depresi. Pemaparan ini mengungkapkan sebuah hubungan dimana ketika seseorang menghadapi sebuah masalah, individu tersebut mencoba menyelesaikannya dengan cara yang kurang baik atau bisa disebut dengan koping maladaptif. Akibat dari cara koping yang kurang tepat bukannya menyelesaikan masalah tapi justru menimbulkan beban psikologis baru seperti stres, kecemasan, dan depresi. Hal ini memberikan gambaran mengenai proses psikologis yang dialami oleh mahasiswa perantau tahun pertama pada penelitian ini. Mahasiswa-mahasiswa ini menghadapi

tantangan adaptasi yang sulit, seperti *homesickness*, lingkungan sosial baru, dan penyesuaian akademik yang kemudian terakumulasi dan memicu tekanan psikologis pada mereka. *Smartphone* muncul bukan hanya sebagai alat komunikasi, tetapi sebagai mekanisme koping untuk menjaga ikatan sosial dan mencari pengalihan atau sebagai sarana kenyamanan pada mahasiswa. Namun, apabila *smartphone* digunakan secara tidak bijak meskipun berfungsi sebagai mekanisme koping secara tidak langsung akan menambah beban psikologis daripada sepenuhnya meredakannya.

Tingginya durasi dan frekuensi penggunaan *smartphone* serta penggunaan sosial media dengan aplikasi seperti WhatsApp, Instagram, dan TikTok sebagai aplikasi dengan pilihan dari responden terbanyak dapat memberikan andil pada fenomena *nomophobia*, dimana mahasiswa merasa terikat secara emosional dengan *smartphone* mereka. Ketergantungan yang tinggi terhadap aplikasi-aplikasi ini bisa menyebabkan rasa cemas ketika *smartphone* tidak tersedia atau tidak dapat diakses. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan, jika tidak dikelola dengan bijak, dapat berdampak pada kesehatan psikologis. Hal ini relevan dengan hasil penelitian dari Manu Sharma, Amandeep, Devendra Mohan Mathur, dan Jitendra bahwa *nomophobia* secara signifikan berkaitan dengan depresi, kecemasan, dan kualitas hidup yang buruk.³⁷ Menurut hasil penelitian Manu dkk., berspekulasi bahwa kemungkinan individu yang depresi akan mencari *platform* atau aplikasi media sosial agar merasa tidak terlalu kesepian dan merasa baik tentang diri sendiri.

³⁷ Manu et al., "Nomophobia and Its Relationship with Depression, Anxiety, and Quality of Life in Adolescents."

Namun, bisa juga sebaliknya gejala depresi dan kecemasan dapat memperburuk jika mereka menganggap kehidupan oranglain melalui aplikasi tersebut lebih baik daripada kehidupan mereka.³⁸ Penting untuk ditekankan bahwa penelitian ini berfokus pada laporan gejala subjektif dari responden penelitian, bukan gangguan mental atau diagnosis yang sebenarnya.

Dari keseluruhan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa tingkat *nomophobia* pada mahasiswa tahun pertama yang merantau sebagian besar berada pada kategori tinggi, sedangkan untuk tingkat kecenderungan depresi sebagian besar berada di kategori normal. *Nomophobia* berhubungan signifikan dengan kecenderungan depresi dengan kategori lemah. Selain itu juga *nomophobia* berhubungan dengan kecemasan dan stres. Hal ini menunjukkan bahwa *nomophobia* memiliki dampak negatif terhadap keadaan psikologis mahasiswa tahun pertama yang merantau. Hasil yang didapat dari penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ozlem, yang mengungkapkan bahwa antara *nomophobia* dengan depresi-kecemasan-stres berhubungan signifikan dan positif, dengan hasil korelasi antara *nomophobia* dengan tingkat depresi-kecemasan-stres sebesar 0,324 ($p < 0,01$).³⁹ Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tingkat *nomophobia* merupakan prediktor yang signifikan terhadap tingkat depresi, kecemasan, dan stres. Semakin tinggi tingkat *nomophobia* akan berdampak dengan semakin tingginya tingkat depresi, kecemasan, dan stres.

³⁸ Manu et al., "Nomophobia and Its Relationship with Depression, Anxiety, and Quality of Life in Adolescents."

³⁹ Tolan and Karahan, "The Relationships between Nomophobia and Depression, Anxiety, Stress Levels of University Students," 123.

F. Temuan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan kepada para responden, diketahui beberapa temuan, antara lain:

1. Nilai sumbangan efektif pada variabel *nomophobia* dapat dilihat dari dimensi tidak bisa komunikasi sebanyak (29,95%), dimensi kehilangan keterhubungan sebanyak (24,59%), dimensi tidak dapat mengakses informasi sebanyak (19,16%), dan dimensi kehilangan kenyamanan (26,29%). Maka dapat disimpulkan bahwa dimensi yang berkontribusi paling besar pada *nomophobia* pada mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin adalah tidak bisa komunikasi sebanyak (29,95%). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa tahun pertama yang merantau di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora memiliki perasaan cemas atau khawatir ketika jauh dari *smartphone* dikarenakan tidak bisa melakukan komunikasi dengan oranglain termasuk orangtua, dosen, teman-teman atau relasi lainnya.
2. Nilai sumbangan efektif pada variabel kecenderungan depresi, dapat dilihat dari indikator disporia sebanyak (22,58%), indikator putus asa sebanyak (12,92%), indikator devaluasi kehidupan sebanyak (8,38%), indikator mencela diri (12,92%), indikator kurang ketertarikan/keterlibatan sebanyak (15,58%), indikator anhedonia sebanyak (9,57%), dan indikator inersia sebanyak (18,05%). Maka dapat disimpulkan bahwa indikator yang berkontribusi paling besar pada kecenderungan depresi pada mahasiswa

tahun pertama yang merantau Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin adalah indikator disporia (ketidakbahagiaan umum) sebanyak (22,58%). Hal ini menunjukkan berarti mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin tahun pertama yang merantau memiliki keadaan emosional yang tidak menyenangkan atau mengarah kepada keadaan emosional yang cenderung negatif seperti kegelisahan, ketidaknyamanan, ketidakpuasan, atau bahkan penderitaan pada saat-saat awal perkuliahan alias pada tahun pertama perkuliahan.

3. Hasil uji korelasi antara *nomophobia* dengan kecemasan menunjukkan nilai signifikansi (*2-tailed*) sebesar $0,002 < 0,05$ yang menyatakan bahwa antara variabel *nomophobia* dan kecemasan memiliki hubungan yang signifikan. Sementara itu, nilai *correlation coefficient* sebesar 0,268 yang berarti memiliki arah yang searah karena bernilai positif. Nilai *correlation coefficient* sebesar 0,268 termasuk dalam kategori hubungan yang lemah. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang lemah antara *nomophobia* dengan kecemasan.
4. Hasil uji korelasi antara *nomophobia* dengan stres menunjukkan nilai signifikansi (*2-tailed*) sebesar $0,000 < 0,05$ yang menyatakan bahwa antara variabel *nomophobia* dan stres memiliki hubungan yang signifikan. Sementara itu, nilai *correlation coefficient* sebesar 0,325 yang berarti memiliki arah yang searah karena bernilai positif. Nilai *correlation coefficient* sebesar 0,325 termasuk dalam kategori hubungan yang moderat

(sedang). Sehingga, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang moderat (sedang) antara *nomophobia* dengan stres.

5. Berdasarkan hasil dalam penelitian ini menggambarkan bahwa sebagian besar responden yang paling banyak menggunakan *smartphone* berada pada usia yang lebih muda dengan rentang 18-19 tahun sebanyak 98 responden dengan persentase (77,78%). Hal ini menunjukkan bahwa pengguna *smartphone* cenderung lebih banyak berasal dari kelompok usia muda dengan intensitas penggunaan yang tinggi untuk menunjang aktivitas mereka seperti tujuan komunikasi, hiburan, dan pencarian informasi.
6. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas respondennya adalah perempuan sebesar (66,67%), dan laki-laki sebesar (33,33%). Temuan dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa nilai rata-rata *nomophobia* dan kecenderungan depresi perempuan lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata laki-laki. Nilai rata-rata *nomophobia* pada laki-laki dan perempuan secara berurut sebesar 54,65 dan 67,92. Sedangkan nilai rata-rata kecenderungan depresi laki-laki dan perempuan secara berurut sebesar 60,19 dan 65,15. Selanjutnya, untuk *nomophobia* maupun kecenderungan depresi menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan mengenai *nomophobia* dan kecenderungan depresi pada mahasiswa tahun pertama yang merantau, dikarenakan nilai signifikansi (*2tailed*) $> 0,05$. Secara berurut nilai *sig. (2tailed)* *nomophobia* dan kecenderungan depresi secara berurut sebesar 0,054 dan 0,471.

G. Keterbatasan Penelitian

Penelitian dalam skripsi ini telah dilaksanakan oleh peneliti sesuai dengan prosedur penelitian ilmiah. Peneliti secara maksimal mengumpulkan data-data penelitian yang sesuai untuk menjawab rumusan masalah yang sudah direncanakan oleh peneliti. Namun, peneliti juga menyadari bahwa penelitian ini memiliki keterbatasan sebagai berikut:

1. Dalam penelitian ini responden yang digunakan masih dalam skala kecil yaitu hanya berfokus pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, sehingga hasil penelitian tidak dapat digeneralisir kepada populasi umum yaitu mahasiswa perantau di fakultas atau universitas lain yang memiliki lingkungan berbeda.
2. Proses pengumpulan data yang memerlukan waktu lebih lama karena beberapa responden terlambat atau tidak segera mengisi kuesioner penelitian. Kondisi tersebut menyebabkan peneliti perlu melakukan *follow up* beberapa kali kepada responden agar jumlah data yang terkumpul sesuai dengan target sampel penelitian.
3. Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam aspek kajian pustaka, karena terbatasnya literatur dan penelitian terdahulu yang secara khusus membahas hubungan antara *nomophobia* dengan kecenderungan depresi sehingga peneliti memiliki keterbatasan dalam melakukan pengembangan serta perbandingan hasil penelitian.