

ABSTRAK

Izlal Alif Nurrahman, 210103040257. *Pengaruh Parental Autonomy Support Terhadap Nomophobia Pada Remaja di SMAN-2 Sampit*. Pembimbing (I) Musfichin, M.A dan Pembimbing (II) Dra.Mulyani.,M.Ag., pada Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. 2025.

Kata Kunci : Remaja, *Nomophobia*, *Parental Autonomy Support*

Nomophobia, yaitu ketakutan tidak dapat berkomunikasi dengan orang lain melalui ponsel, telah menjadi masalah serius dalam kesehatan mental remaja. Fenomena ini tidak berdiri sendiri, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk dinamika keluarga dan dukungan dari orang tua. Pada pelajar, *Nomophobia* dapat berkontribusi terhadap meningkatnya kecanduan smartphone. Gejala *Nomophobia* dapat mencakup perasaan cemas, serangan panik, dan ketidaknyamanan ketika ponsel tidak tersedia. Kristiani, guru Bimbingan Konseling di SMAN 2 Sampit mengatakan bahwa terdapat banyak keluhan para siswa yang konseling ke layanan BK adalah pada kesulitan dalam konsentrasi, susah tidur, dan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara *Parental Autonomy Support* terhadap *Nomophobia* pada remaja.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode regresi linier sederhana. Subjek penelitian berjumlah 234 siswa kelas X, XI, dan XII di SMAN 2 Sampit, yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan berupa skala PPAS dan skala NMPQ-10. Analisis data dilakukan dengan menggunakan program SPSS versi 26.

Hasil analisis menunjukkan bahwa *Parental Autonomy Support* berpengaruh secara signifikan terhadap *Nomophobia* pada remaja, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai R^2 sebesar 0,091. Hal ini berarti bahwa 9,1% variasi *Nomophobia* dapat dijelaskan oleh variabel PAS. Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan otonomi dari orang tua, semakin tinggi pula kecenderungan remaja mengalami *Nomophobia*. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan otonomi yang tidak diimbangi dengan pengawasan, struktur, dan kedekatan emosional dapat berkontribusi pada penggunaan smartphone secara berlebihan.