available at http://uit. e-journal.id/JPS

ELECTRONIC ISSN 2657-1455

Published by *Jurnal Psikologi SKIsO (Sosial Klinis Industri Organisasi)*
Universitas Indonesia Timur, Indonesia

Vol. 1 No.2, 2026
Page 26-33

PENGARUH *NOMOPHOBIA* TERHADAP INTERAKSI SOSIAL MAHASISWA FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS INDONESIA TIMUR

Jumatri Hollong[1], Andi Resvi[2], Sry Hasrini[3]
[1,2,3]Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia Timur, Makassar, Indonesia
e-mail: [jumatrihollong96@gmail.com,Andi.Resvi@gmail.com,sryhasrini81@gmail.com]

Abstract: *This study examines the effect of nomophobia on social interaction among students of the Faculty of Economics and Business at Universitas Indonesia Timur Makassar. Nomophobia refers to the anxiety that appears when a person cannot access or use a mobile phone, a condition presumed to lower the quality of face to face interaction among students. This study used a quantitative approach with a correlational design. Fifty one students were selected through purposive sampling based on smartphone use exceeding six hours per day. Data were collected using the Nomophobia Questionnaire (NMP-Q) and a social interaction scale, then analyzed with simple linear regression using SPSS version 27. The results show that most students fell into the moderate (54.9%) and high (45.1%) nomophobia categories, while their social interaction levels were mostly in the moderate category (82.4%). Hypothesis testing revealed a significant negative effect of nomophobia on social interaction (t = -3.533, p = 0.001), with nomophobia accounting for 20.3% of the variance in social interaction (R^2 = 0.203). This indicates that the higher a student's level of nomophobia, the lower the quality of their social interaction. These findings underscore the importance of preventive measures, such as digital literacy programs and activities that promote face to face interaction, to reduce the negative impact of nomophobia on students' social lives.*

Keywords**:** *nomophobia; social interaction; university students; simple linear regression*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *nomophobia* terhadap interaksi sosial pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Indonesia Timur Makassar. *Nomophobia* merupakan kecemasan yang muncul ketika seseorang tidak dapat mengakses atau menggunakan ponselnya, dan kondisi ini diduga menurunkan kualitas interaksi sosial secara langsung pada Mahasiswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian berjumlah 51 Mahasiswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria penggunaan *smartphone* lebih dari enam jam per hari. Data dikumpulkan menggunakan *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) dan skala interaksi sosial, kemudian dianalisis dengan teknik regresi linear sederhana melalui program SPSS versi 27. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar Mahasiswa berada pada kategori *nomophobia* sedang (54,9%) dan tinggi (45,1%), sementara tingkat interaksi sosial Mahasiswa sebagian besar berada pada kategori sedang (82,4%). Hasil uji hipotesis menunjukkan terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara *nomophobia* terhadap interaksi sosial (t = -3,533, p = 0,001), dengan sumbangan pengaruh sebesar 20,3 persen (R^2 = 0,203). Artinya, semakin tinggi tingkat *nomophobia* yang dialami Mahasiswa, semakin rendah kualitas interaksi sosial yang dimilikinya. Temuan ini menegaskan pentingnya langkah preventif seperti program literasi digital dan kegiatan kampus yang mendorong interaksi tatap muka guna mengurangi dampak negatif *nomophobia* terhadap kehidupan sosial Mahasiswa.

Kata kunci: *nomophobia*; interaksi sosial*;* Mahasiswa*; regresi linear sederhana*

available at http://uit. e-journal.id/JPS

ELECTRONIC ISSN 2657-1455

Published by *Jurnal Psikologi SKIsO (Sosial Klinis Industri Organisasi)*
Universitas Indonesia Timur, Indonesia

Vol. 1 No.2, 2026
Page 26-33

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi dalam dua dekade terakhir telah mengubah cara manusia menjalin hubungan sosial. Ponsel kini bukan sekadar alat komunikasi, melainkan telah menjadi bagian dari identitas sosial penggunanya (Fajriah & Resti Ningsih, 2024). Masyarakat Indonesia termasuk kelompok dengan durasi penggunaan aplikasi mobile yang tinggi di dunia, dan Mahasiswa menjadi salah satu kelompok yang paling rentan terhadap fenomena ketergantungan ponsel ini (Silmi et al., 2024).

Salah satu dampak psikologis dari ketergantungan ponsel yang belakangan banyak diteliti adalah *nomophobia*, akronim dari no mobile phone phobia, yaitu rasa cemas yang muncul ketika seseorang tidak dapat mengakses atau menggunakan ponselnya (Putri & Huwae, 2025). Kondisi ini berpotensi menurunkan kesejahteraan psikologis serta kualitas interaksi sosial individu dalam kehidupan sehari hari (As'ari et al., 2024).

Sebuah kajian sistematis dan meta analisis terhadap 28 penelitian dengan 11.300 partisipan menemukan proporsi *nomophobia* kategori ringan sebesar 24 persen, kategori sedang 56 persen, dan kategori tinggi 17 persen. Indonesia bahkan tercatat sebagai negara dengan prevalensi *nomophobia* berat tertinggi yaitu 71 persen, jauh di atas Jerman yang hanya 3 persen (Tuco et al., 2023). Kajian sistematis lain terhadap 108 studi turut menunjukkan variasi prevalensi *nomophobia* yang sangat lebar, mulai dari 6 persen hingga 73 persen tergantung populasi dan alat ukur yang digunakan (León-Mejía et al., 2021). Variasi ini menegaskan bahwa konteks sosial budaya dan karakteristik populasi turut memengaruhi tingkat keparahan *nomophobia* (Erlinda et al., 2023), sehingga penelitian pada populasi Mahasiswa lokal seperti di Makassar tetap diperlukan.

Nomophobia dijelaskan melalui teori Yildirim dan Correia yang menyebut empat aspek, yaitu tidak dapat berkomunikasi, kehilangan koneksi, tidak mampu mengakses informasi, dan sulit melepaskan kenyamanan yang diberikan ponsel (dalam Yousefian & Khodabakhshi-Koolaee, 2023). Ketakutan pada keempat aspek tersebut mendorong individu terus bergantung pada ponsel sehingga waktu untuk interaksi tatap muka menjadi berkurang. Hal ini sejalan dengan teori interaksi simbolik dari George Herbert Mead yang menekankan bahwa interaksi sosial bermakna terjadi melalui pertukaran langsung dan konstruksi makna bersama antarindividu (Amelia, 2024). Ketika Mahasiswa lebih banyak berinteraksi lewat layar ponsel, proses pertukaran makna tersebut bergeser ke ruang digital sehingga kualitas interaksi tatap muka ikut menurun.

Penelitian terdahulu di Kota Makassar oleh Gertrudis dan Perang (2022) pada Mahasiswa keperawatan menemukan bahwa ketergantungan pada *smartphone* berkaitan dengan berkurangnya interaksi sosial Mahasiswa dengan lingkungan sekitarnya, meski penelitian tersebut belum secara langsung mengukur pengaruh *nomophobia* terhadap interaksi sosial. Penelitian Valenti dkk (2022) juga menunjukkan bahwa individu dengan *nomophobia* cenderung memakai ponsel sebagai strategi koping untuk menghindari ketidaknyamanan sosial, sementara studi Sapacz dkk (2016) menemukan

hubungan antara penggunaan ponsel yang tinggi dengan meningkatnya kecemasan sosial serta menurunnya kualitas interaksi tatap muka pada Mahasiswa.

Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara singkat pada akhir April 2026, sejumlah Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Indonesia Timur mengaku menghabiskan waktu berjam jam bersama ponsel dan merasa gelisah ketika tidak dapat menggunakannya dalam waktu lama, sebuah kondisi yang tampak berkaitan dengan menurunnya interaksi sosial langsung mereka. Fenomena ini relevan dengan tugas perkembangan psikososial pada masa dewasa awal yang menurut Erikson berpusat pada pembentukan keintiman dan ikatan sosial (Rizki, 2024), sehingga ketergantungan berlebihan pada ponsel berpotensi menghambat pemenuhan tugas perkembangan tersebut.

Meski isu ini telah cukup banyak dikaji secara umum, penelitian yang secara langsung menguji pengaruh *nomophobia* terhadap interaksi sosial Mahasiswa di lingkungan Universitas Indonesia Timur Makassar, khususnya Fakultas Ekonomi dan Bisnis, masih belum ditemukan. Penelitian ini disusun untuk mengisi celah tersebut dengan menggunakan instrumen yang teruji dan desain analitik regresi linear sederhana, sehingga diharapkan dapat memberi gambaran empiris yang dapat menjadi dasar bagi kampus dalam merancang program kesejahteraan digital yang preventif dan kontekstual.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji pengaruh *nomophobia* terhadap interaksi sosial Mahasiswa. Populasi penelitian adalah seluruh Mahasiswa aktif Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Indonesia Timur Makassar yang berjumlah 507 orang, terdiri atas Program Studi Manajemen dan Program Studi Akuntansi. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria Mahasiswa aktif, menggunakan *smartphone* lebih dari enam jam per hari, serta bersedia menjadi responden penelitian. Berdasarkan kriteria tersebut diperoleh 51 Mahasiswa sebagai sampel penelitian.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *nomophobia* (X) dan variabel terikat adalah interaksi sosial (Y). *Nomophobia* diukur menggunakan adaptasi *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) yang dikembangkan oleh Yildirim dan Correia, terdiri atas 20 aitem yang mencakup empat aspek, yaitu tidak dapat berkomunikasi, kehilangan koneksi, tidak mampu mengakses informasi, dan melepaskan kenyamanan. Interaksi sosial diukur menggunakan skala adaptasi dari Achmad (2024) yang terdiri atas 40 aitem dengan dua aspek, yaitu kontak sosial dan komunikasi. Kedua instrumen menggunakan skala Likert dengan empat pilihan jawaban, dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju.

Data dikumpulkan melalui kuesioner daring yang disebarkan menggunakan *Google Form* kepada Mahasiswa yang memenuhi kriteria sampel. Sebelum digunakan untuk pengujian hipotesis, kedua instrumen diuji ulang validitas dan reliabilitasnya pada 51 responden. Uji validitas memakai teknik korelasi *Pearson Product Moment* dengan nilai r tabel sebesar 0,276 pada taraf signifikansi 5 persen, sedangkan uji reliabilitas memakai teknik *Cronbach's Alpha* dengan batas nilai minimal 0,60.

available at http://uit. e-journal.id/JPS
ELECTRONIC ISSN 2657-1455
Published by *Jurnal Psikologi SKIsO (Sosial Klinis Industri Organisasi)*
Universitas Indonesia Timur, Indonesia
Vol. 1 No.2, 2026
Page 26-33

Data dianalisis menggunakan program SPSS versi 27 melalui beberapa tahap, yaitu analisis statistik deskriptif, uji asumsi klasik berupa uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* dan uji linearitas, kemudian dilanjutkan dengan analisis regresi linear sederhana dan uji hipotesis menggunakan uji t pada taraf signifikansi 5 persen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan rata rata skor *nomophobia* Mahasiswa sebesar 60,04 dengan skor berkisar antara 45 sampai 79, sedangkan rata rata skor interaksi sosial sebesar 97,84 dengan skor berkisar antara 73 sampai 121, sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi Statistik Variabel Penelitian

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max
Nomophobia	51	60,04	7,354	45	79
Interaksi Sosial	51	97,84	14,733	73	121

Kategorisasi tingkat *nomophobia* dan interaksi sosial Mahasiswa disajikan pada Tabel 2. Tidak ada Mahasiswa yang berada pada kategori *nomophobia* rendah, sementara 28 Mahasiswa (54,9%) berada pada kategori sedang dan 23 Mahasiswa (45,1%) berada pada kategori tinggi. Pada variabel interaksi sosial, sebagian besar Mahasiswa yaitu 42 orang (82,4%) berada pada kategori sedang, 6 Mahasiswa (11,8%) pada kategori rendah, dan hanya 3 Mahasiswa (5,9%) pada kategori tinggi.

Tabel 2. Kategorisasi *Nomophobia* dan Interaksi Sosial

Kategori	*Nomophobia* f (%)	Interaksi Sosial f (%)
Rendah	0 (0,0%)	6 (11,8%)
Sedang	28 (54,9%)	42 (82,4%)
Tinggi	23 (45,1%)	3 (5,9%)

Hasil uji validitas menunjukkan seluruh aitem pada kedua instrumen memiliki nilai r hitung di atas r tabel (0,276), dengan rentang 0,303 sampai 0,786 pada instrumen *nomophobia* dan 0,292 sampai 0,671 pada instrumen interaksi sosial, sehingga seluruh aitem dinyatakan valid. Uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,897 pada instrumen *nomophobia* dan 0,936 pada instrumen interaksi sosial, yang berarti kedua instrumen tergolong sangat reliabel.

Uji asumsi klasik menunjukkan data kedua variabel berdistribusi normal, dengan nilai signifikansi Kolmogorov-Smirnov sebesar 0,063 untuk *nomophobia* dan 0,074 untuk interaksi sosial ($p > 0,05$).

Uji linearitas menunjukkan hubungan antara *nomophobia* dan interaksi sosial bersifat linear, dengan nilai signifikansi Deviation from Linearity sebesar 0,211 (p > 0,05), didukung nilai signifikansi Linearity sebesar 0,001 (p < 0,05), sebagaimana disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Asumsi Klasik

Uji	Sig.	Ket.
Normalitas *Nomophobia*	0,063	Normal
Normalitas Interaksi Sosial	0,074	Normal
Linearitas (Dev. Linearity)	0,211	Linear

Hasil analisis regresi linear sederhana menghasilkan persamaan $\hat{Y} = 152{,}037 - 0{,}903X$. Nilai koefisien regresi sebesar -0,903 menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu poin skor *nomophobia* diikuti penurunan skor interaksi sosial sebesar 0,903 poin. Nilai R Square sebesar 0,203 menunjukkan *nomophobia* memberikan sumbangan pengaruh sebesar 20,3 persen terhadap interaksi sosial, sedangkan 79,7 persen sisanya dijelaskan oleh faktor lain di luar penelitian ini. Hasil uji F menunjukkan model regresi ini layak digunakan (F = 12,480, p = 0,001). Hasil uji t menunjukkan nilai t hitung sebesar -3,533 dengan signifikansi 0,001 (p < 0,05), sehingga hipotesis penelitian yang menyatakan terdapat pengaruh *nomophobia* terhadap interaksi sosial Mahasiswa dinyatakan diterima, sebagaimana disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana

Model	B	t	Sig.
Konstanta	152,037	9,839	0,000
Nomophobia	-0,903	-3,533	0,001

Keterangan: R = 0,451; R^2 = 0,203; F = 12,480; Sig. F = 0,001

Pembahasan

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa *nomophobia* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap interaksi sosial Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Indonesia Timur Makassar. Temuan bahwa lebih dari 45 persen Mahasiswa berada pada kategori *nomophobia* tinggi memperkuat gambaran bahwa Mahasiswa Indonesia termasuk kelompok dengan kerentanan *nomophobia* yang tinggi (Tuco et al., 2023).

Temuan ini sejalan dengan penelitian Gertrudis dan Perang (2022) pada Mahasiswa keperawatan di Kota Makassar yang menemukan bahwa ketergantungan pada *smartphone* berkaitan dengan berkurangnya interaksi sosial Mahasiswa dengan lingkungan sekitarnya. Penelitian ini melengkapi temuan tersebut dengan menghadirkan bukti kuantitatif yang mengukur langsung besaran pengaruh

nomophobia terhadap interaksi sosial, sekaligus menegaskan bahwa arah hubungan keduanya konsisten bersifat negatif pada konteks Mahasiswa di Makassar.

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Valenti dkk (2022) yang menjelaskan bahwa individu dengan *nomophobia* cenderung memakai ponsel sebagai strategi koping untuk menghindari ketidaknyamanan dalam situasi sosial. Demikian pula dengan temuan Sapacz dkk (2016) yang melaporkan keterkaitan antara penggunaan ponsel yang tinggi dengan meningkatnya kecemasan sosial pada Mahasiswa, sehingga interaksi tatap muka yang dijalani menjadi kurang optimal.

Nilai sumbangan pengaruh sebesar 20,3 persen pada penelitian ini tergolong moderat apabila dibandingkan dengan variasi temuan pada konteks budaya lain. Perbedaan ini sejalan dengan pandangan Humood dkk (2021) yang menjelaskan bahwa tingkat keparahan dan dampak *nomophobia* sangat bervariasi tergantung karakteristik populasi, alat ukur, serta konteks sosial budaya yang diteliti. Nilai R^2 tersebut turut menunjukkan bahwa interaksi sosial Mahasiswa merupakan fenomena multifaktorial yang tidak semata mata ditentukan oleh tingkat *nomophobia*, melainkan juga oleh faktor kepribadian, lingkungan sosial, dan budaya kolektivisme masyarakat Indonesia yang cenderung menekankan harmoni serta koneksi kelompok.

Secara teoretis, hasil ini memperkuat kerangka yang dikemukakan Yildirim dan Correia bahwa ketakutan pada empat aspek *nomophobia* mendorong individu untuk terus bergantung pada ponsel sehingga waktu untuk interaksi tatap muka berkurang (Yousefian & Khodabakhshi-Koolaee, 2023). Hasil ini juga relevan dengan teori interaksi simbolik dari George Herbert Mead yang menekankan bahwa interaksi sosial bermakna terjadi lewat pertukaran langsung dan konstruksi makna bersama (Amelia, 2024). Nilai koefisien regresi negatif pada penelitian ini secara empiris menggambarkan pergeseran tersebut, yaitu semakin tinggi ketergantungan Mahasiswa pada ponsel, semakin rendah kemampuan mereka menjalin interaksi sosial secara langsung.

Temuan ini juga relevan dengan tugas perkembangan psikososial masa dewasa awal menurut Erikson yang menekankan pembentukan keintiman dan ikatan sosial (Rizki, 2024). Tingginya proporsi Mahasiswa dengan skor *nomophobia* sedang hingga tinggi pada penelitian ini mengindikasikan adanya potensi hambatan dalam pemenuhan tugas perkembangan tersebut apabila tidak diimbangi dengan pengelolaan penggunaan ponsel yang lebih sehat.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu jumlah sampel yang relatif kecil dan berasal dari satu fakultas pada satu universitas sehingga hasil belum dapat digeneralisasikan secara luas. Nilai R^2 sebesar 20,3 persen juga menunjukkan masih terdapat 79,7 persen faktor lain yang memengaruhi interaksi sosial Mahasiswa namun belum diukur dalam penelitian ini.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa *nomophobia* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap interaksi sosial Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Indonesia Timur Makassar. Semakin tinggi tingkat *nomophobia* yang dialami Mahasiswa, semakin rendah kualitas interaksi sosial yang dimilikinya, dengan sumbangan pengaruh sebesar 20,3 persen.

Saran

Adapun saran yang dapat diberikan sebagai berikut. Bagi Mahasiswa, disarankan untuk lebih menyadari pola penggunaan ponsel yang berlebihan dan membangun kebiasaan yang lebih sehat, misalnya dengan menetapkan waktu bebas ponsel ketika berkumpul bersama teman atau keluarga.

Bagi institusi pendidikan, pihak fakultas maupun universitas disarankan merancang program digital *wellbeing* seperti kampanye literasi digital, kegiatan keMahasiswaan yang mendorong interaksi langsung, serta layanan konseling bagi Mahasiswa dengan indikasi *nomophobia* tinggi.

Bagi praktisi psikologi, temuan ini dapat menjadi bahan rujukan dalam mengembangkan pendekatan intervensi seperti pelatihan regulasi diri atau konseling kelompok untuk meningkatkan keterampilan interaksi sosial Mahasiswa.

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan memperluas cakupan sampel pada beberapa fakultas atau universitas lain serta mempertimbangkan variabel lain seperti komunikasi interpersonal, regulasi diri, atau kesepian, memperoleh gambaran yang lebih menyeluruh mengenai hubungan antara *nomophobia* dan interaksi sosial.

DAFTAR RUJUKAN

Achmad, N. F. (2024). Hubungan *nomophobia* dengan interaksi sosial langsung pada remaja. Jurnal Psikologi, 5(1), 70–80.

Amelia, U. F. (2024). Pengaruh *nomophobia* gadget terhadap interaksi sosial Mahasiswa Pendidikan IPS Universitas Pendidikan Indonesia. Repositori UPI. https://repository.upi.edu

As'ari, N. L. P., Hariko, R., Nurfarhanah, N., & Suri, G. D. (2024). Gambaran *nomophobia* siswa SMA. Jurnal Pendidikan Tambusai, 8(2), 34329–34336.

Erlinda, P., Ardhani, S., Esa, N., & Adi, N. R. M. (2023). Pengaruh tingkat kecenderungan *nomophobia* dengan pola komunikasi interpersonal Mahasiswa Ilmu Komunikasi UIN Sunan Ampel Surabaya. Jurnal Ilmu Komunikasi, 13(1), 17–30. https://doi.org/10.15642/JIK.2023.13.1.17-30

Fajriah, T., & Resti Ningsih, E. (2024). Pengaruh teknologi komunikasi terhadap interaksi sosial di era digital. Merdeka Indonesia Jurnal International, 4(1), 149–158.

Gertrudis, P. Y., & Perang, B. (2022). Hubungan self-control dengan *nomophobia* pada Mahasiswa program sarjana keperawatan di Kota Makassar. SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat, 1(4), 468–477. https://doi.org/10.55123/SEHATMAS.V1I4.786

Humood, A., Altooq, N., Altamimi, A., Almoosawi, H., Alzafiri, M., Bragazzi, N. L., Husni, M., & Jahrami, H. (2021). The prevalence of *nomophobia* by population and by research tool: A systematic review, meta-analysis, and meta-regression. Psych, 3(2), 249–258. https://doi.org/10.3390/psych3020019

León-Mejía, A. C., Gutiérrez-Ortega, M., Serrano-Pintado, I., & González-Cabrera, J. (2021). A systematic review on *nomophobia* prevalence: Surfacing results and standard guidelines for future research. PLOS ONE, 16(5), e0250509. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0250509

Putri, C. A., & Huwae, A. (2025). Kesepian, kontrol diri dan *nomophobia* pada remaja di Indonesia. Jurnal Diversita, 11(2), 224–233. https://doi.org/10.31289/DIVERSITA.V11I2.15110

Rizki, N. J. (2024). Penerapan teori perkembangan sosial dan kepribadian Erikson dalam pendidikan: Pendekatan psikososial untuk optimalisasi pembelajaran. Epistemic: Jurnal Ilmiah Pendidikan, 3(3), 462–481. https://doi.org/10.70287/EPISTEMIC.V3I3.69

Sapacz, M., Rockman, G., & Clark, J. (2016). Are we addicted to our cell phones? Computers in Human Behavior, 57, 153–159. https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.12.004

Silmi, Zul, A., & Lailiyah, S. (2024). Literature review: The relationship between *smartphone* use and incidents of anxiety (*nomophobia*) among adolescents in Indonesia. Journal of Community Mental Health and Public Policy, 7(1), 1–11. https://doi.org/10.51602/CMHP.V7I1.171

Tuco, K. G., Castro-Diaz, S. D., Soriano-Moreno, D. R., & Benites-Zapata, V. A. (2023). Prevalence of *nomophobia* in university students: A systematic review and meta-analysis. Healthcare Informatics Research, 29(1), 40–53. https://doi.org/10.4258/hir.2023.29.1.40

Valenti, G. D., Bottaro, R., & Faraci, P. (2022). Effects of difficulty in handling emotions and social interactions on *nomophobia*: Examining the mediating role of feelings of loneliness. International Journal of Mental Health and Addiction, 22(1), 528–542. https://doi.org/10.1007/s11469-022-00888-w

Yousefian, Z., & Khodabakhshi-Koolaee, A. (2023). The quality of social interactions in young girls with *nomophobia* syndrome. Computers in Human Behavior Reports, 12, 100340. https://doi.org/10.1016/j.chbr.2023.100340