

Hubungan antara Need for Affiliation dan Personality Traits dengan Kecenderungan Nomophobia pada Gen Z

Chika Athadelia Zakirin Basuki¹, Amherstia Pasca Rina², Ricky Alejandro Martin³

^{1,2,3} Program Studi Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
e-mail: chikaathadelia@gmail.com

Abstrak

Penggunaan ponsel pintar telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan Generasi Z. Kemudahan dalam berkomunikasi, memperoleh informasi, serta mengakses berbagai layanan digital menyebabkan ponsel pintar digunakan hampir di seluruh aktivitas harian. Namun, penggunaan ponsel pintar yang semakin intens juga dapat memunculkan perasaan cemas dan tidak nyaman berlebihan ketika individu tidak dapat mengakses ponsel pintarnya. Kondisi ini merupakan suatu fenomena fobia situasional baru yang dikenal dengan istilah *nomophobia*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *need for affiliation* dan *personality traits* dengan kecenderungan *nomophobia* pada Generasi Z di Surabaya. Populasi penelitian terdiri atas Generasi Z berusia 17 – 25 tahun yang aktif menggunakan ponsel pintar dalam kehidupan sehari-hari. Sebanyak 270 partisipan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan tabel *Krejcie and Morgan*. Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Instrumen yang digunakan meliputi skala *Interpersonal Orientation Scale* untuk mengukur *need for affiliation*, skala *personality traits*, serta *Nomophobia Questionnaire* untuk mengukur kecenderungan *nomophobia*. Hasil analisis menunjukkan bahwa *need for affiliation* serta dimensi *openness to experience*, *extraversion*, dan *agreeableness* memiliki hubungan yang signifikan dengan kecenderungan *nomophobia*. Sedangkan dimensi *conscientiousness* dan *neuroticism* tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa *need for affiliation* dan beberapa dimensi *personality traits* berhubungan dengan kecenderungan *nomophobia* pada Generasi Z di Surabaya.

Kata Kunci: *Need For Affiliation, Nomophobia, Personality Traits, Gen Z*

Abstract

Smartphone use has become an integral part of the daily lives of Generation Z. The ease of communication, access to information, and various digital services has made smartphone essential for almost every daily activities. However, excessive smartphone use may lead to heightened feelings of anxiety and discomfort when individuals are unable to access their devices. This condition is recognized as a new form of situational phobia known as

nomophobia. This study aimed to examine the relationship between need for affiliation and personality traits and the tendency toward nomophobia among Generation Z in Surabaya. The study population consisted of Generation Z individuals aged 17 – 25 years who actively used smartphone in their daily lives. A total of 270 participants were selected using purposive sampling based on the Krejcie and Morgan table. A quantitative approach with a correlation research design was employed. Data were collected using the Interpersonal Orientation Scale to measure need for affiliation, a personality traits scale, and the Nomophobia Questionnaire to measure the tendency toward nomophobia. The results indicate that need for affiliation, as well as the personality dimension of openness to experience, extraversion, and agreeableness, are significantly associated with the tendency toward nomophobia. In contrast, the dimensions of conscientiousness and neuroticism are not significantly associated with the tendency toward nomophobia. These findings suggest that need for affiliation and several dimensions of personality traits are associated with the tendency toward nomophobia among Generation Z in Surabaya.

Keywords : Need for Affiliation, Nomophobia, Personality Traits, Gen Z

LATAR BELAKANG

Masa digitalisasi dewasa ini, smartphone bukan lagi sekedar alat komunikasi, melainkan sudah menjadi teman, pengingat, bahkan “ruang pertama” untuk individu mencari informasi, berinteraksi, belajar, bekerja, mengekspresikan diri, hingga mencari hiburan hanya dengan satu kali klik, hal ini membuat kehidupan sehari-hari menjadi lebih mudah dan praktis. Indonesia menduduki peringkat keempat dari seluruh dunia, dimana sebanyak 190 miliar orang aktif menggunakan smartphone, setelah China, India dan Amerika Serikat (Sqmazine, 2026).

Generasi Z merupakan salah satu kelompok demografi yang lahir dan tumbuh di era pesatnya perkembangan internet dan sosial media, sehingga menjadi generasi yang paling terhubung dengan teknologi, dibandingkan generasi sebelumnya. Kondisi ini membuat Gen Z memiliki karakter yang unik, seperti kemampuan beradaptasi tinggi terhadap perubahan digital, preferensi komunikasi melalui platform *online*, dan ketergantungan pada *smartphone* untuk berbagai aspek kehidupan sehari-hari (Turner, 2015). Survei di seluruh dunia menunjukkan bahwa Gen Z, khususnya di Indonesia, menduduki peringkat tertinggi dalam penggunaan *smartphone*, yaitu selama 8,5 jam setiap harinya (Kim dkk., 2020). Selain pengguna *smartphone* tertinggi, data survei dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), menunjukkan bahwa sebanyak 25,54% atau sekitar 229 juta jiwa pengguna internet di Indonesia merupakan Gen Z (Kompas, 2025). Tingginya intensitas penggunaan *smartphone* dan internet dalam kehidupan sehari-hari, membuat Gen Z dijuluki sebagai *native generation*, yaitu generasi yang hidup dan bergantung dalam dunia digital (Prensky, 2001).

Ketergantungan yang kuat terhadap *smartphone* dan akses internet ini tidak hanya berdampak positif pada kehidupan sehari-hari, tetapi juga dapat mempengaruhi kondisi psikologis yang serius, terutama pada individu yang tinggal di kota besar seperti Surabaya. Salah satu dampak negatif penggunaan *smartphone* yang tidak diikuti dengan

pengendalian yang baik adalah munculnya *nomophobia* (*no mobile phone phobia*). *Nomophobia* dianggap sebagai fobia modern yang muncul sebagai akibat dari interaksi berlebihan antara manusia dan teknologi informasi serta komunikasi seluler, terutama *smartphone* (Yildirim & Correia, 2015).

Individu yang mengalami kecenderungan *nomophobia*, seringkali merasa takut jika *smartphonenya* kehabisan baterai, selalu memperbarui status ataupun melihat informasi terbaru melalui *smartphone*, menghabiskan banyak waktu menggunakan *smartphone*, memeriksa *smartphone* secara berulang, tidur tanpa mematikan *smartphone*, berkomunikasi hanya melalui *smartphone*, bahkan menghindari tempat-tempat yang melarang penggunaan *smartphone* (Bragazzi dan Del Puente, 2014). Selain itu, individu juga hidup dengan diselimuti perasaan takut dan kekhawatiran yang terus-menerus saat harus meletakkan *smartphone*, sehingga perlu membawanya kemanapun (Lelepary, dkk., 2020).

Sejalan dengan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada sepuluh Gen Z di Surabaya dengan berbagai profesi, seperti mahasiswa, mahasiswa pekerja, bahkan pekerja dengan rentang usia 18 hingga 25 tahun. Menunjukkan bahwa, adanya perasaan bingung bahkan cemas ketika tidak melihat *smartphonenya*, meskipun sedang tidak digunakan. Kecemasan ini akan menjadi lebih parah ketika tidak ada akses internet atau saat perangkatnya kehabisan daya. Pada wawancara pendukung ditemukan bahwa beberapa dari responden merasa tidak tenang bahkan ketika tidak membawa *smartphone* saat berada di kamar mandi. Responden juga mengatakan adanya perasaan tidak nyaman, gelisah, bahkan tidak bisa tidur ketika *smartphone* tidak ada di sekitarnya. Menariknya, seluruh responden menyatakan meskipun sedang tidak digunakan, melihat atau memegang *smartphone* dapat membuat tenang.

Tingginya fenomena *nomophobia* di era digitalisasi ini semakin menunjukkan bahwa penggunaan teknologi kini tidak hanya berfungsi sebagai pemenuhan kebutuhan fungsional, tetapi juga berfungsi sebagai pemenuhan kebutuhan psikologis individu. Ketergantungan yang kuat dengan *smartphone* mencerminkan adanya dorongan bagi individu untuk tetap terhubung secara sosial dan emosional dalam kehidupan sehari-hari. Kebutuhan individu untuk terus terhubung dan mempertahankan hubungan sosial dengan individu lainnya disebut dengan *need for affiliation* atau kebutuhan afiliasi (Lanasari, Rini & Pratitis, 2020).

McClelland (1976) menyatakan bahwa kebutuhan akan afiliasi mengacu pada keinginan individu untuk membangun dan memelihara hubungan pribadi yang erat dengan individu lainnya. Selain itu, hal ini juga mewakili keinginan untuk berpartisipasi dalam kerja sama dan interaktif. Kebutuhan afiliasi memiliki beberapa aspek, yaitu kebutuhan terhadap dukungan emosional (*emotional support*), stimulasi positif (*positive stimulation*) yang ditunjukkan dengan keinginan untuk bersenang-senang dan menikmati adanya interaksi sosial, perhatian (*attention*), serta perbandingan sosial (*social comparison*) sebagai bentuk evaluasi diri.

Individu dengan kebutuhan afiliasi yang tinggi cenderung menunjukkan perilaku seperti lebih sering berinteraksi dengan orang lain, menghabiskan waktu bersama orang terdekat, serta memiliki keinginan untuk tetap terhubung dengan lingkungan sosialnya, dengan cara menulis surat atau bertelepon. Individu juga cenderung mencari perhatian, dukungan emosional, serta merasa nyaman ketika berada dalam kelompok atau menjalin kerja sama

dengan orang lain (Ganesh, 2012). Jika *affiliation needs* tidak terpenuhi, maka akan berdampak pada penurunan tingkat kepercayaan diri dan munculnya perasaan tidak puas terhadap diri sendiri (Rafifah & Maryam, 2025).

Meskipun kebutuhan afiliasi berkontribusi terhadap munculnya kecenderungan *nomophobia*, variabel tersebut belum sepenuhnya mampu menjelaskan kecenderungan *nomophobia*, sehingga diperlukan variabel lain yang dapat mendukung dan memperjelas hubungan tersebut, salah satunya adalah karakteristik kepribadian individu (*personality traits*). Karakter kepribadian merupakan faktor penting yang berperan dalam mempengaruhi munculnya perilaku bermasalah pada individu (Gao, dkk., 2022). Dengan demikian, kecenderungan individu dalam memanfaatkan *smartphone* untuk memenuhi kebutuhan menjalin hubungan sosial juga dapat berhubungan dengan karakteristik kepribadian yang dimilikinya.

Oldham dan Morris (1995) menjelaskan bahwa kepribadian mewakili semua atribut, pemikiran, perasaan, sikap, dan mekanisme dalam menyelesaikan suatu permasalahan. Karakter kepribadian dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan keturunan serta bersifat dinamis, sehingga dapat mengalami perkembangan sepanjang rentang kehidupan individu namun tetap mempertahankan konsistensi karakter individu (Bayiroğlu, Dalbudak & Pepe, 2025). John & Srivastava (1990) juga menjelaskan bahwa kepribadian individu tidak hanya terdiri dari satu sifat, tetapi merupakan gabungan dari berbagai sifat yang membuat perilaku seseorang cenderung tetap dan konsisten dalam berbagai situasi.

Salah satu pendekatan yang banyak digunakan untuk memahami kepribadian adalah teori *Big Five Personality*, yang membagi kepribadian individu menjadi 5 dimensi dasar, yaitu *Extraversion* (*vs. introversion*) yang mengacu pada sifat ramah, banyak bergaul, tegas, dan aktif, *Neuroticism* (*vs. emotional stability*), ditandai dengan sifat cemas, depresi, emosional, khawatir, tidak aman, frustrasi, mudah tersinggung, dan kesulitan mengendalikan impuls dan keinginan, *Agreeableness* (*vs. hostile non-compliance*), mengacu pada sifat sopan, fleksibel, percaya, kooperatif, santai, memiliki stabilitas emosional, dan terbuka terhadap kritik, *Conscientiousness* (*vs. lack of direction*), menggambarkan kecenderungan untuk mengendalikan diri, bertanggung jawab kepada orang lain, pekerja keras, teratur, dan patuh pada aturan, serta *Openness to experience* (*vs. closedness*), mencakup sifat-sifat berpikiran luas, cerdas, dan peka secara artistik (Gracia-Masip, dkk., 2022).

Penelitian mengenai hubungan antara *need for affiliation* dan *personality traits* dengan kecenderungan *nomophobia* pada Generasi Z, khususnya di Kota Surabaya, masih sangat terbatas. Sehingga, penelitian ini penting dilakukan untuk memahami bagaimana *need for affiliation* dan *personality traits* berkontribusi terhadap kecenderungan *nomophobia* pada Generasi Z di Surabaya, yang hidup dalam lingkungan perkotaan dengan tekanan sosial dan konektivitas digital yang tinggi. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa Gen Z di Surabaya memiliki tingkat ketergantungan tinggi terhadap *smartphone* yang dapat memunculkan gejala kecenderungan *nomophobia*. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana *need for affiliation* dan *personality traits* mempengaruhi tingkat kecenderungan *nomophobia* pada Generasi Z di Surabaya.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Pengumpulan data dilakukan secara *cross sectional* menggunakan kuesioner berbasis *Google Form*, yang di disebarikan melalui platform X/Twitter, TikTok, serta Telegram. Penentuan sampel mengacu pada tabel *Krejcie and Morgan* sejumlah 270 orang. Pemilihan sampel dilaksanakan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan tiga kriteria inklusi: (1) berusia 17 – 25 tahun, (2) aktif menggunakan *smartphone* untuk aktivitas harian, dan (3) menggunakan *smartphone* lebih dari 1 jam/hari.

Intrumen penelitian terdiri dari tiga skala, yaitu *Interpersonal Orientation Scale* (IOS) yang dikembangkan oleh Hill (1987) untuk mengukur *need for affiliation*, skala *personality traits* yang telah dikonstruksi oleh peneliti mengacu pada teori John & Srivasta (1999), serta *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) yang dikembangkan oleh Yildirim & Correia (2015) untuk mengukur kecenderungan *nomophobia*. Selanjutnya, data di analisis menggunakan regresi linier berganda.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum analisis data utama dilakukan, ketiga instrumen penelitian diuji validitas dan reliabilitasnya terlebih dahulu menggunakan 50 responden yang tidak termasuk dalam sampel penelitian. Uji validitas dilakukan dengan pendekatan daya beda aitem, dimana setiap butir dinyatakan valid apabila memiliki nilai *corrected item-total correlation* minimal 0,30 (Azwar, 2012).

Tabel 1. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian

Alat Ukur	Jumlah Aitem	Aitem Valid	Validitas	Reliabilitas
<i>Nomophobia</i>	20	20	0,348 – 0,715	0,927
<i>Need for Affiliation</i>	26	25	0,396 – 0,684	0,920
<i>Personality Traits</i>	30	13	0,455 – 0,890	0,950

Hasil uji pada tabel 1 menunjukkan bahwa seluruh aitem pada skala *nomophobia* memenuhi kriteria validitas. Pada skala *need for affirmation*, dinyatakan 1 aitem gugur sehingga diperoleh 25 aitem valid dari 26 aitem. Adapun pada skala *personality traits*, sebanyak 13 dari 30 aitem memenuhi kriteria validitas. Selanjutnya, hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa ketiga instrumen memiliki nilai *Cronbach's Alpha* >0,70 sehingga seluruh skala dinyatakan reliabel.

Data demografis disajikan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik subjek penelitian. Berdasarkan distribusi jenis kelamin, dari total 270 responden, kelompok perempuan berjumlah lebih banyak, yaitu 235 responden (87,1%). Dibandingkan dengan kelompok laki-laki sebanyak 35 responden (12,9%). Ditinjau dari karakteristik usia, mayoritas berada pada usia 22 tahun, yaitu sebanyak 114 responden (42,2%). Berdasarkan karakteristik pendidikan, mayoritas merupakan mahasiswa, yaitu sebanyak 217 responden (80,5%). Berdasarkan data tersebut, dapat diketahui bahwa responden penelitian didominasi oleh Generasi Z yang berstatus sebagai mahasiswa yang baru memasuki fase dewasa awal. Pada

tahap perkembangan ini, individu umumnya mulai menghadapi berbagai tuntutan akademik, membangun relasi sosial yang lebih luas, mengikuti tren sosial media, serta memanfaatkan teknologi digital sebagai bagian dari aktivitas sehari-hari. Rehulina, dkk (2022) menjelaskan bahwa individu pada usia dewasa awal, khususnya mahasiswa memiliki intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi karena perangkat tersebut digunakan untuk menunjang aktivitas akademik, terutama sejak pembelajaran daring diberlakukan.

Selain itu, berdasarkan kepemilikan *smartphone*, sebanyak 193 responden (71,5%) memiliki *smartphone* lebih dari satu, sedangkan yang hanya memiliki satu *smartphone* sebanyak 77 responden (28,5%). Berdasarkan lama penggunaan *smartphone* harian, sebanyak 101 responden (37,3%) menggunakan *smartphone* selama 5 – 7 jam per harinya. Tujuan responden menggunakan *smartphone* sangat beragam, mulai dari mencari hiburan, berkomunikasi secara online, menggunakan sosial media, bermain *game online*, belanja *online*, hingga untuk kegiatan belajar serta bekerja. Temuan ini menunjukkan bahwa *smartphone* tidak hanya dimanfaatkan sebagai sarana komunikasi, tetapi juga telah menjadi perangkat yang mendukung aktivitas sehari-hari. Tingginya durasi penggunaan *smartphone* mengindikasikan bahwa perangkat tersebut memiliki peran penting dalam kehidupan Gen Z. Penelitian dari Sunario & Purnomo (2023) menemukan bahwa rata-rata durasi penggunaan *smartphone* pada mahasiswa usia dewasa awal mencapai 49 jam per minggu untuk memenuhi berbagai kebutuhan seperti komunikasi, pencarian informasi, aktivitas akademik, dan hiburan. Dongre, dkk. (2017) menjelaskan bahwa, semakin panjang durasi penggunaan dan semakin tinggi frekuensi penggunaan *smartphone*, akan meningkatkan kecenderungan *nomophobia* individu.

Tabel 2. Analisis Deskriptif

Variabel	Mean	Std Deviation	N
<i>Nomophobia</i>	77,39	11,504	270
<i>Need for Affiliation</i>	100,17	12,987	270
<i>Personality Traits</i>	94,09	13,717	270

Berdasarkan nilai dalam tabel 2, diketahui bahwa variabel *nomophobia* memiliki nilai rata-rata sebesar 77,39 dengan standar deviasi 11,504. Variabel *need for affiliation* menunjukkan nilai rata-rata 100,17 dengan standar deviasi 12,987. Sedangkan variabel *personality traits* memiliki rata-rata nilai sebesar 94,09 dengan standar deviasi 13,717.

Tabel 3. Kategorisasi Skala *Nomophobia*

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	N	Presentase
<i>Nomophobia</i>	>98	Tinggi Sekali	1	0,4%
	84 – 97	Tinggi	88	32,6%
	70 – 83	Sedang	125	46,7%

56 – 69	Rendah	44	16,3%
<55	Sangat Rendah	11	4,1%

Dari hasil kategorisasi yang dilakukan pada 270 responden, mengindikasikan bahwa mayoritas responden memiliki kecenderungan *nomophobia* yang berada pada kategori sedang, sebanyak 125 responden (46,7%), kategori tinggi sebanyak 88 responden (32,6%), sedangkan kecenderungan *nomophobia* pada kategori rendah sebanyak 44 responden (16,3%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kecenderungan merasa tidak nyaman bahkan cemas ketika tidak memiliki akses terhadap *smartphonanya*. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh tingginya peran *smartphone* sebagai media komunikasi, pencarian informasi, maupun sarana hiburan yang menunjang aktivitas sehari-hari. Ramaita, dkk (2019) menemukan bahwa ketergantungan *smartphone* berhubungan dengan *nomophobia*, dimana semakin tinggi ketergantungan individu terhadap *smartphone* maka semakin besar kecemasan ketika akses ke *smartphone* terbatas. Yildirim dan Correia (2015) menjelaskan *nomophobia* merupakan perasaan takut, cemas, atau tidak nyaman yang muncul ketika individu tidak dapat mengakses atau menggunakan *smartphone*.

Tingkat kecenderungan *nomophobia* yang berada pada kategori sedang, menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah merasakan ketergantungan fungsional terhadap *smartphone*, namun belum mencapai intensitas kecemasan yang tinggi ketika tidak dapat mengakses perangkat tersebut.

Tabel 4. Uji Simultan

R	R Square	F	Sig.
0,824	0,679	92,858	0,000

Hasil analisis statistik menggunakan regresi berganda secara simultan pada tabel di atas, menunjukkan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,824; $F=92,858$ dengan signifikansi $0,000 < 0,05$. Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara variabel prediktor yaitu *need for affiliation* dan *personality traits* dengan variabel dependen yaitu kecenderungan *nomophobia*. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,679 menunjukkan bahwa variabel *need for affiliation* dan *personality traits* secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 67,9% terhadap kecenderungan *nomophobia*. Sementara itu, 32,1% sisanya, dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel yang di teliti.

Tabel 2. Analisis Deskriptif

Variabel	t	Sig.
<i>Need for Affiliation</i>	22,876	0,000
<i>Openness to Experience</i>	-1,981	0,049
<i>Conscientiousness</i>	-0,380	0,705

<i>Extraversion</i>	2,032	0,043
<i>Agreeableness</i>	-2,006	0,046
<i>Neuroticism</i>	-0,363	0,717

Hasil uji analisis menggunakan regresi berganda secara parsial menunjukkan bahwa *need for affiliation* memiliki hubungan yang signifikan terhadap kecenderungan *nomophobia*, terlihat dari nilai t yaitu 22,876 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan, artinya semakin tinggi kebutuhan afiliasi individu maka kecenderungan *nomophobia* juga akan meningkat. Pada Gen Z, temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kebutuhan individu untuk membangun, memperoleh, dan mempertahankan hubungan sosial yang harmonis, maka semakin tinggi pula kecenderungan individu untuk mengalami *nomophobia*. Sejalan dengan teori McClelland (1987) yang menjelaskan bahwa individu dengan *need for affiliation* yang tinggi cenderung memiliki dorongan kuat untuk menjalin hubungan yang hangat, diterima oleh lingkungannya, serta mempertahankan interaksi sosial.

Di era digital saat ini, kebutuhan tersebut banyak dipenuhi melalui *smartphone* yang memungkinkan individu berkomunikasi secara cepat dan tanpa batas. Akibatnya, ketika akses terhadap *smartphone* terganggu atau bahkan tidak ada, maka potensi individu untuk mengalami perasaan tidak nyaman, khawatir, bahkan cemas karena terputus dari lingkungan sosialnya akan meningkat. Penelitian dari Suriyanti, dkk (2023) menunjukkan adanya kontribusi *need for affiliation* dengan *nomophobia* sebesar 25,8%. Dimana, individu dengan *need for affiliation* yang tinggi cenderung membutuhkan simpati dari orang lain, sehingga ketika kehilangan keterhubungan jaringan atau koneksi internet akan melakukan berbagai cara untuk terhubung kembali.

Sementara itu, beberapa dimensi *personality traits*, seperti pada dimensi *openness to experience* memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap kecenderungan *nomophobia*. Hal ini terlihat dari nilai t , yaitu -1,981 dengan signifikansi 0,049 ($p < 0,05$), dapat diartikan bahwa semakin tinggi skor *openness to experience* individu, maka semakin rendah kecenderungan *nomophobia*. Sebaliknya, jika skor *openness to experience* rendah, maka kecenderungan *nomophobia* akan meningkat. Temuan ini sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu, seperti Garcia-Masip, dkk (2023), dan Yoğurtçu (2018), yang menemukan adanya korelasi negatif dan signifikan antara *openness to experience* dengan kecenderungan *nomophobia*. Hal tersebut dikarenakan individu dengan tingkat *openness to experience* yang tinggi umumnya lebih terbuka terhadap pengalaman baru, memiliki rasa ingin tahu yang besar, serta lebih tertarik untuk bersplorasi. Penelitian oleh Chittaranjan, dkk (2011) menunjukkan bahwa individu dengan tingkat *openness to experience* yang tinggi cenderung memiliki intensitas penggunaan *smartphone* yang rendah dibandingkan dengan individu dengan tingkat *openness to experience* yang rendah.

Namun, penelitian dari Nasran & Seman (2024), dan Molu, dkk (2023), justru menemukan adanya hubungan yang positif dan signifikan terhadap kecenderungan *nomophobia*. Sementara itu, terdapat penelitian lain yang mengatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *openness to experience* dengan kecenderungan *nomophobia* (Argumasa-Villar, 2017). Adanya perbedaan tersebut mengindikasikan bahwa hubungan

antara *openness to experience* dengan kecenderungan *nomophobia* masih menunjukkan hasil yang beragam.

Dimensi *conscientiousness* memiliki nilai t sebesar -0,380 dengan nilai signifikansi sebesar 0,705 ($p < 0,05$), menunjukkan bahwa dimensi *conscientiousness* bukan prediktor yang signifikan terhadap kecenderungan *nomophobia*. Penelitian ini didukung oleh penelitian lain yang menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara *conscientiousness* dengan kecenderungan *nomophobia* (Serin & Ister, 2022). Kondisi ini dapat terjadi karena, individu dengan *conscientiousness* yang tinggi cenderung lebih terorganisir, dapat diandalkan, rapi, disiplin, dan cermat (Pervin, dkk., 2010). Sementara itu, individu dengan *conscientiousness* rendah cenderung lebih ceroboh, tidak konsisten dan lalai, serta tidak memiliki perencanaan. Individu dengan *conscientiousness* rendah lebih tertarik dengan fitur-fitur yang ditawarkan oleh *smartphone* sehingga lalai terhadap kewajibannya (Abraham, dkk., 2014).

Pada dimensi *extraversion* menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan terhadap kecenderungan *nomophobia*. Dapat dilihat dari nilai t sebesar 2,032 dengan nilai signifikansi 0,043 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi skor *extraversion* individu, maka akan semakin tinggi kecenderungan *nomophobia*-nya. Hasil penelitian ini banyak didukung oleh penelitian-penelitian terdahulu yang menyatakan adanya hubungan positif yang signifikan antara *extraversion* dengan *nomophobia* (Gracia-Masip, 2023; Yoğurtçu, 2018; Argumosa-Villar, dkk., 2017). Individu dengan tipe kepribadian *extraversion* cenderung memiliki energi yang besar untuk bersosialisasi, ramah, banyak bicara dan mudah menjalin persahabatan, sehingga cenderung memiliki intensitas *smartphone* yang kuat untuk terus berkomunikasi dan terhubung melalui media digital.

Dimensi *agreeableness* ditemukan nilai t sebesar -2,006 dengan nilai signifikansi sebesar 0,046 ($p < 0,05$). Artinya, semakin tinggi skor *agreeableness* individu, maka semakin rendah kecenderungan *nomophobia*. Sebaliknya, jika skor *agreeableness* rendah, maka kecenderungan *nomophobia*-nya akan meningkat. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Gracia-Masip, dkk (2024) dan Okoye, dkk (2017) yang menemukan adanya hubungan negatif dan signifikan antara *agreeableness* dengan *nomophobia*. Kondisi ini dapat terjadi karena individu dengan *agreeableness* yang tinggi lebih cenderung untuk menghindari konflik, mudah mempercayai orang lain, kooperatif, dan menyukai hubungan interpersonal yang harmonis (McCrae & Costa, 1992). Sedangkan individu dengan *agreeableness* yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang harmonis, sehingga karakteristik tersebut dikaitkan dengan perilaku antisosial yang menyebabkan individu lebih nyaman menggunakan *smartphone* sebagai alternatif untuk berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain. Akibatnya, perilaku tersebut dapat meningkatkan *nomophobia* (Okoye, dkk., 2017).

Hasil penelitian pada dimensi ini belum sepenuhnya konsisten dengan penelitian terdahulu. Penelitian dari Uguz & Bacaksiz (2021), Aurelia & Ningsih (2021) menemukan adanya hubungan yang signifikan antara *agreeableness* dengan kecenderungan *nomophobia*. Sementara itu, terdapat juga penelitian lainnya yang mengatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *agreeableness* dengan kecenderungan *nomophobia* (Turan & Yilmaz, 2024; Yoğurtçu, 2018; Argumosa-Villar, dkk., 2017). Adanya perbedaan dalam temuan

tersebut mengindikasikan bahwa hubungan antara *agreeableness* dengan kecenderungan *nomophobia* masih menunjukkan hasil yang beragam.

Dimensi *neuroticism* memiliki nilai $t = -0,363$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,717 ($p < 0,05$). Dapat diartikan bahwa dimensi *neuroticism* memiliki hubungan yang tidak signifikan dengan kecenderungan *nomophobia*, sehingga dimensi *neuroticism* belum dapat menjadi prediktor terhadap kecenderungan *nomophobia*. Pada penelitian terdahulu, ditemukan bahwa dimensi *neuroticism* memiliki hubungan yang signifikan dengan kecenderungan *nomophobia* (Nasran & Seman, 2024; Garcia-Masip, dkk., 2023; Molu, dkk., 2023; Argumosa-Villar, dkk., 2017). Perbedaan hasil dalam penelitian dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti karakteristik responden, konteks penelitian, dan karakteristik instrumen yang digunakan. Dalam penelitian ini, indikator *neuroticism* hanya diwakili oleh satu item yang bersifat *unfavorable*, sehingga variabel respons dari responden terhadap konstruk *neuroticism* menjadi terbatas. Kondisi ini memungkinkan kemampuan instrumen dalam merepresentasikan dimensi *neuroticism* secara utuh menjadi kurang optimal.

Secara keseluruhan, *need for affiliation* dan kelima dimensi *personality traits* merupakan faktor psikologis yang berperan dalam kecenderungan *nomophobia* pada Gen Z. *Need for affiliation* yang tinggi dapat meningkatkan kecenderungan *nomophobia* karena individu memiliki dorongan yang besar untuk tetap terhubung dengan lingkungan sosialnya melalui *smartphone*. Tiap dimensi *personality traits* memberikan kontribusi yang berbeda, sehingga menunjukkan bahwa tiap karakteristik mampu menjadi faktor protektif maupun faktor resiko terhadap tingginya kecenderungan *nomophobia*.

SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa *need for affiliation* dan *personality traits* secara bersama-sama berhubungan signifikan dengan kecenderungan *nomophobia* pada Generasi Z di Surabaya. Secara parsial, *need for affiliation*, *openness to experience*, *extraversion*, dan *agreeableness* menunjukkan hubungan yang signifikan, sedangkan *conscientiousness* dan *neuroticism* tidak. Hasil ini menunjukkan bahwa kebutuhan afiliasi dan beberapa dimensi kepribadian berperan dalam kecenderungan *nomophobia* pada Generasi Z di Surabaya.

Generasi Z disarankan menerapkan penggunaan *smartphone* yang lebih seimbang melalui pembatasan durasi penggunaan dan peningkatan interaksi sosial secara langsung. Penelitian selanjutnya diharapkan melibatkan sampel yang lebih beragam serta mempertimbangkan faktor psikologis maupun sosial lain yang berpotensi memengaruhi kecenderungan *nomophobia*.

DAFTAR PUSTAKA

Abraham, N., Mathias, J., Williams, S. A. (2014). Study To Assess The Knowledge And Effect Of Nomophobia Among Students Of Selected Degree Colleges In Mysore. Asian J. Nurs. Educ, 4, 421.

- Argumosa-Villar, Boada-Grau, & Vigil-Colet. (2017). Exploratory Investigation Of Theoretical Predictors Of Nomophobia Using The Mobile Phone Involvement Questionnaire (MPIQ). *Journal Of Adolescence*, 56, 127–135.
- Aurelia, C., & Ningsih, Y. T. (2021). Nomophobia Dan Kepribadian Siswa SMA. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(2), 53-59. <http://doi.org/10.29080/Jpp.V12i2.635>.
- Bayıroğlu, G. B., Dalbudak, I., & Pepe, O. (2025). Nomophobia And Personality Traits: Analyzing The Relationship Among High School Students. *Conhecimento & Diversidade, Niterói*, 17(45).
- Chittaranjan, G., Blom, J., & Gatica-Perez, D. (2011). Who's Who With Big-Five: Analyzing And Classifying Personality Traits With Smartphones. In *Wearable Computers (ISWC)*, 15th Annual International Symposium (Pp. 29- 36). IEEE. <https://doi.org/10.1109/ISWC.2011.29>
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *NEO PI-R Professional Manual*. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.
- Dongre, A. S., Inamdar, I. F., & Gattani, P. L. (2017). Nomophobia: A Study To Evaluate Mobile Phone Dependence And Impact Of Cell Phone On Health. *National Journal Of Community Medicine*, 8(11), 688–693.
- Ganesh. (2012). *Famous Management Thinkers*. Archers & Elevators Publishing House.
- Gao, L., Zhai, S., Xie, H., Liu, Q., Niu, G., & Zhou, Z. (2022). Big Five Personality Traits And Problematic Mobile Phone Use: A Meta-Analytic Review. *Current Psychology*, 41, 3093-3110. <https://doi.org/10.1007/S12144-020-00817-X>.
- García-Masip, V., Sora, B., Serrano-Fernandez, M.J., Boada-Grau, J., & Lampert, B. (2023). Personality And Nomophobia: The Role Of Dysfunctional Obsessive Beliefs. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 20, 4128. <https://doi.org/10.3390/Ijerp20054128>.
- Hill, C. A. (1987). *Affiliation Motivation: People Who Need People But In Different Way*. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 52(5), 1008-1018.
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). *The Big-Five Trait Taxonomy: History, Measurement, And Theoretical Perspectives*. In *Handbook Of Personality: Theory And Research* 2nd Edition. The Guilford Press. Vol.2.
- Kim, J., Et Al. (2020). Smartphone Usage Patterns Among Generation Z In Asia. *Computers In Human Behavior*, 112, 106456. <https://doi.org/10.1016/J.Chb.2020.106456>
- Kompas. (2025). Survei APJII: Generasi Z Dominasi Pengguna Internet Indonesia. Kompas.Com. <https://www.kompas.com/teknologi/read/2025/01/apjii-survei-genz> (Diakses Pada 1 Juli 2026)
- Lanasari, D., Rini, A. P., & Pratitis, N. (2020). Hubungan Antara Kebutuhan Afiliasi Dan Tipe Kepribadian Ekstrovert Dengan Kecenderungan Fear Of Missing Out (Fomo) Pada Generasi Z (Skripsi). Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
- Lelapary, G. S., Mappedoki, S., & Nurafriani. (2020). Hubungan Perilaku Nomophobia Dengan Stress Pada Siswa SMA Negeri 21 Makassar. *Diagnosis: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 15(2), 189–193.
- Mcclelland, D. C. (1985). *Human Motivation*. Glenview, IL: Scott, Foresman.

- Molu, G. N., İcel, S., & Aydoğan, A. (2023). Relationship Between Nomophobia Levels And Personality Traits Of Nursing Students: A Multicenter Study. *Modern Care Journal*, 20(3), E132269. <https://doi.org/10.5812/Modernc-132269>
- Nasran, N. S., & Abu Seman, S. A. (2024). Tied To Tech: The Connection Between Personality Traits And Nomophobia. *Social And Management Research Journal*, 21(2), 53–64. <https://doi.org/10.24191/Smrj.V21i2.27762>
- Okoye, C. A., Obi-Nwosu, H., & Obikwelu, V. C. (2017). Nomophobia Among Undergraduate: Predictive Influence Of Personality Traits. *Practicum Psychologia*, 7(2), 64–74.
- Oldham, J. M., & Morris, L. B. (1995). *The New Personality Self-Portrait: Why You Think, Work, Love, And Act The Way You Do*. Bantam Books.
- Pervin, L. A. Cervone, D & John, O.P. (2010). *Psikologi Kepribadian Teori Dan Penelitian*. Terjemah. Jakarta. Kencana.
- Prensky, M. (2001). Digital Natives, Digital Immigrants. *On The Horizon*, 9(5), 1–6. <https://doi.org/10.1108/10748120110424816>
- Rafifah, J., & Maryam, E. W. (2022). Lonelines, Interpersonal Trust And Affiliation Needs In Early Adult Users Of The Bumble App. *UMSIDA Preprints*. <https://doi.org/10.21070/Ups.8092>
- Ramaita, R., Armaita, A., & Vandelis, P. (2019). Hubungan Ketergantungan Smartphone Dengan Kecemasan (Nomophobia). *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 89. <https://doi.org/10.35730/Jk.V10i2.399>
- Rehulina, E. N., Saraswati, P. A. S., Wahyuni, N., & Kinandana, G. P. (2022). Durasi Penggunaan Smartphone Berperan Terhadap Kejadian De Quervain Syndrome Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 10(3), 181–185. <https://doi.org/10.24843/MIFI.2022.V10.I03.P10>
- Serin, E. K., & Ister, E. D. (2022). Nomophobia, Netlessphobia, And Fear Of Missing Out In Nursing Students: A Cross-Sectional Study In Distance Education. *Nurse Education Today*, 118, 105523. <https://doi.org/10.1016/J.Nedt.2022.105523>
- SQ Magazine. (2026). *Smartphone Statistics 2026: Powerful Insights*. Sqmagazine.Com. <https://sqmagazine.co.uk/smartphone-statistics/> (Diakses Pada 1 Juli 2026).
- Sunario, S., & Purnomo, J. T. (2023). Penggunaan Smartphone Dan Problematik Smartphone Use Pada Mahasiswa. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 13(3), 572–587. <https://doi.org/10.24127/Gdn.V13i3.8252>
- Suriyanti., Hayati, R., & Kur'ani, N. (2023). Hubungan Need For Affiliation Dengan Nomophobia Pada Komunitas Motor Di Pontianak. *EKSISTENSI*, 5(2).
- Turan, Z., & Yilmaz, R. M. (2024). Do Personality Traits Influence Nomophobia? An Investigation Of The Big Five Personality Traits And Nomophobia Levels In University Students. *Psycho-Educational Research Reviews*, 13(1), 46-59. https://doi.org/10.52963/PERR_Biruni_V13.N1.04
- Turner, A. (2015). Generation Z: Technology And Social Interest. *The Journal Of Individual Psychology*, 71(2), 103–113. <https://doi.org/10.1353/Jip.2015.0021>
- Uguz, G., & Bacaksiz, F. E. (2022). Relationships Between Personality Traits And Nomophobia: Research On Nurses Working In Public Hospitals. *Perspectives In Psychiatric Care*, 58(2), 673–681. <https://doi.org/10.1111/Ppc.12834>

- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring The Dimensions Of Nomophobia: Development And Validation Of A Self-Reported Questionnaire. *Computers In Human Behavior*, 49, 130–137. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>.
- Yoğurtçu, D. D. (2018). The Relationship Between Five Factor Personality Traits And Nomophobia Levels Among University Students (Master's Thesis, Yeditepe University). YÖK National Thesis Center.