

Peranan Nomophobia Pasca-Liburan Terhadap Akademik Boredom Siswa SMP Pondok Pesantren X di Sidoarjo

Oleh:

Tizar Bangun Arianto

Program Studi Psikologi

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO



Pendahuluan



1. Saat ini Remaja semakin bergantung pada *smartphone*
2. Pasca-liburan panjang, siswa pesantren mengalami kesulitan adaptasi belajar
3. Muncul *academic boredom*: bosan, tidak focus, motivasi menurun
4. Nomophobia diduga memperkuat kondisi tersebut

Kajian Teori

Academic Boredom

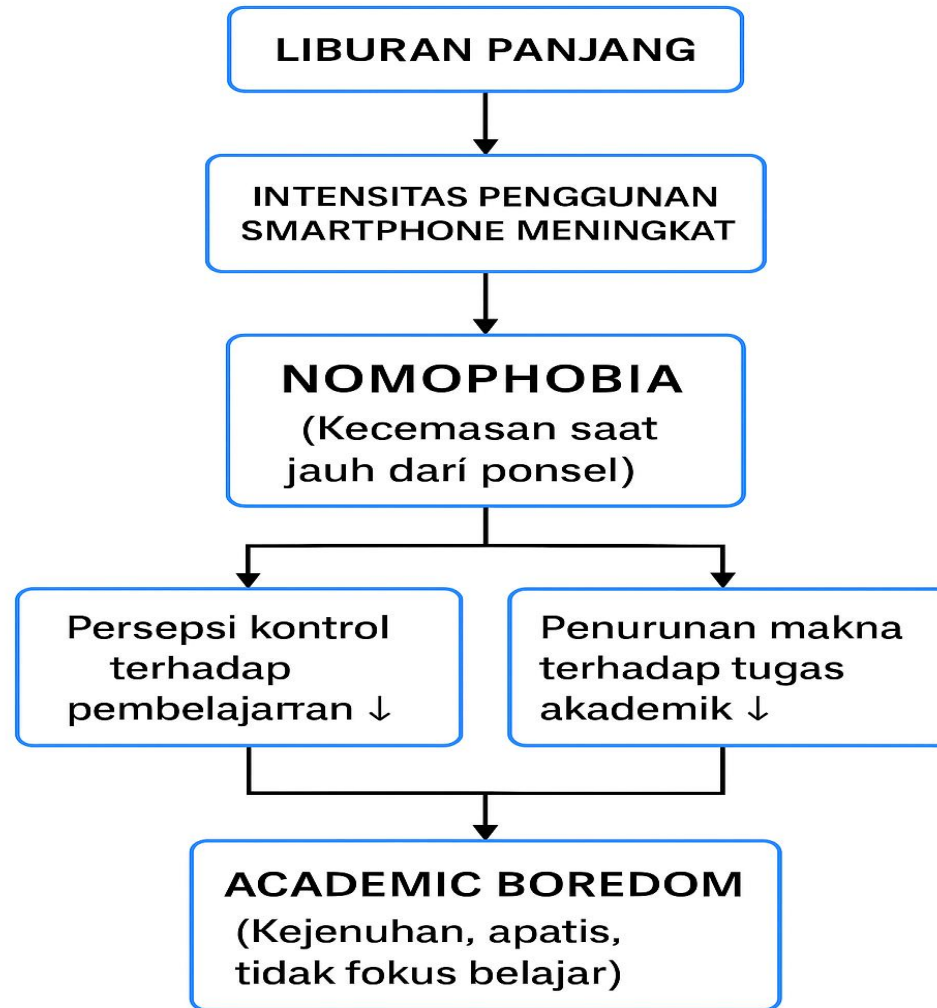
- Emosi negatif yang muncul dalam konteks pembelajaran (Pekrun)
- Ditandai dengan kebosanan, apatis, dan kehilangan minat belajar
- Aspek : 1) Afektif, 2) Kognitif, 3) Motivasional, 4) Fisiologis

Nomophobia

- Kecemasan saat tidak dapat mengakses *smartphone* (Yildirim & Correia)
- Dimensi : 1) Tidak bisa berkomunikasi, 2) Kehilangan konektivitas, 3) Tidak bisa mengakses informasi, 4) Kehilangan kenyamanan
- Berpengaruh pada regulasi emosi dan konsentrasi

kebosanan akademik muncul ketika siswa memiliki persepsi kontrol yang rendah terhadap tugas akademik dan menilai aktivitas belajar sebagai sesuatu yang tidak bermakna. Dalam konteks ini, nomophobia dapat memperlemah persepsi kontrol dan menurunkan persepsi nilai terhadap pembelajaran, sehingga meningkatkan risiko munculnya emosi negatif seperti bosan, apatis, dan cemas

Kerangka Berpikir



Hipotesis Penelitian

- Terdapat peranan positif dan signifikan antara nomophobia terhadap *academic boredom* siswa SMP Pondok Pesantren X

Metode

- Pendekatan : Kuantitatif Korelasional
- Subjek : 150 siswa SMP Pondok Pesantren X
- Teknik sampling : Total Sampling
- Instrumen :
 1. NMP-Q (*Nomophobia Questionnaire*) yang diadaptasi dari Yildirim & Correia : 20 aitem, skala likert 4 poin
 2. AEQ (*Achievement Emotions Questionnaire*) yang diadaptasi Pekrun dkk : 22 aitem, skala likert 4 poin
- Uji Asumsi & Analisis :
 1. Data berdistribusi normal ($p > 0,05$)
 2. Analisis : Korelasi Pearson, Regresi linear sederhana
- Software : JASP 19.1

Hasil

Jumlah Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	72	48.0
	Perempuan	78	52.0
Usia (tahun)	12	12	8.0
	13	41	27.3
	14	52	34.7
	15	45	30.0
Kelas	VII	31	20.7
	VIII	44	29.3
	IX	75	50.0

Uji Normalitas

Descriptive Statistics		
	VAR X	VAR Y
	150	150
Missing	0	0
Mean	48.953	36.420
Std. Deviation	8.865	7.933
Shapiro-Wilk	0.987	0.985
P-value of Shapiro-Wilk	0.194	0.118
Minimum	24.000	16.000
Maximum	77.000	58.000

Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel nomofobia dan kebosanan akademis memiliki nilai signifikansi (p-value) masing-masing sebesar 0,194 dan 0,118.

Hasil

Uji Pearson Product Momen

Correlation Table			
Variable		VAR Y	VAR X
1. VAR Y	Pearson's r	—	
	p-value	—	
	Spearman's rho	—	
	p-value		
2. VAR X	Pearson's r	0.483	—
	p-value	< .001	—
	Spearman's rho	0.477	—
	p-value	< .001	—

Nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,483 dengan nilai sg $p < 0,001$. Menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara nomophobia dan *academic boredom* pada siswa.

Uji Hipotesis Regresi Sederhana

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
M ₁	Regression	2190.993	1	2190.993	45.128	< .001
	Residual	7185.547	148	48.551		
	Total	9376.540	149			

Variabel nomophobia secara signifikan mempengaruhi *academic boredom* siswa. Hasil signifikan ($F = 45,128$; $p < 0,001$) Dengan demikian, nomophobia merupakan prediktor yang bermakna terhadap tingkat *academic boredom* siswa

Hasil

Effect Size Nomophobia terhadap Academic Boredom

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
M ₀	0.000	0.000	0.000	7.933
M ₁	0.483	0.234	0.228	6.968

Hasil analisis regresi menunjukkan nilai R² sebesar 0,234, yang berarti bahwa nomophobia memberikan kontribusi sebesar 23,4% terhadap variasi *academic boredom* pada siswa.

Persamaan Regresi

Model		Unstan dardize d	Standar d Error	Standardiz ed	t	p
M ₀	(Intercept)	36.420	0.648		56.229	< .001
M ₁	(Intercept)	15.244	3.203		4.759	< .001
	VAR X	0.433	0.064	0.483	6.718	< .001

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan skor Nomophobia akan diikuti dengan peningkatan sebesar 0.433 satuan pada skor *Academic Boredom*.

Pembahasan

- Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa Nomophobia meningkatkan kecemasan & distraksi dalam proses belajar.
- Menurunkan persepsi control dan makna belajar
- Mendukung *Control-Value Theory* (Pekrun)
- Relevan dengan konteks pesantren modern

Kesimpulan

- Nomophobia berperan signifikan terhadap *academic boredom*
- Masa pasca-liburan menjadi fase adaptasi kritis
- Implikasi :
 1. Penguatan regulasi diri siswa
 2. Literasi digital terarah
 3. Pembelajaran lebih bermakna

Dokumentasi



