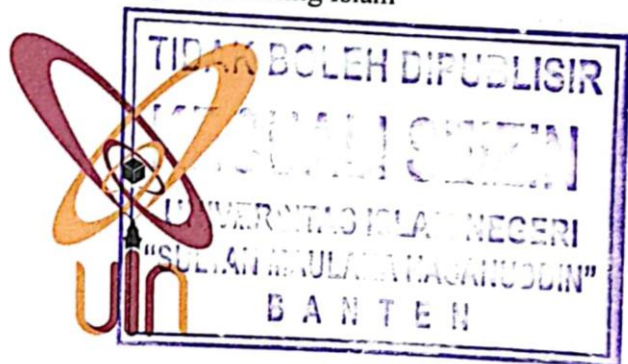


**HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DAN *NOMOPHOBIA* DENGAN  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA PERANTAU  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM DI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN MAULANA  
HASANUDDIN BANTEN**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos.)  
Pada Fakultas Dakwah  
Program Studi Bimbingan Konseling Islam



Disusun oleh:

**HAULA KARIMAH**

NIM: 201520007

**FAKULTAS DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN  
2024 M/ 1446 H**



## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelas Sarjana Sosial (S.Sos.) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiat atau mencontek karya ilmiah orang lain, saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar sarjana yang saya terima ataupun sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 29 Oktober 2024

  
METERAI  
TEMPEL  
06AAMX0094B7058  
**HAULA KARIMAH**  
NIM: 201520007

## ABSTRAK

Nama: Haula Karimah, NIM: 201520007, Judul Skripsi: “Hubungan Antara *Loneliness* dan *Nomophobia* dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Perantau Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten”, Program Studi: Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten 2024 M/ 1446 H.

Mahasiswa menganggap bahwa rasa kesepian sebagai suatu hal yang wajar. Namun, perasaan kesepian yang dibiarkan berlarut-larut dapat membuat mahasiswa mencari kesenangan di dunia maya, serta dapat menurunkan kesejahteraan psikologis.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1) Apakah terdapat hubungan antara *loneliness* dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa perantau? 2) Apakah terdapat hubungan antara *nomophobia* dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa perantau? 3) Apakah terdapat hubungan antara *loneliness* dengan *nomophobia* pada mahasiswa perantau? 4) Apakah terdapat hubungan antara *loneliness* dan *nomophobia* dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa perantau?.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional yang bertujuan untuk melihat seberapa besar hubungan antar variabel. Teknik pengumpulan data yang digunakan dengan melakukan penyebaran angket pada mahasiswa perantau Program Studi Bimbingan Konseling Islam angkatan 2020 – 2023. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus – September 2024, dengan responden yang berjumlah 69 mahasiswa perantau.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: 1) Terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara *loneliness* dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa perantau Program Studi Bimbingan Konseling Islam. 2) Terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara variabel *nomophobia* dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa perantau Program Studi Bimbingan Konseling Islam. 3) Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara variabel *loneliness* dengan *nomophobia*. 4) Terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara variabel *loneliness* dan *nomophobia* dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa perantau Program Studi Bimbingan Konseling Islam.

**Kata Kunci:** Kesepian, Nomophobia, Kesejahteraan Psikologis

## ABSTRACT

*Name: Haula Karimah, NIM: 201520007, Thesis Title: “The Relationship Between Loneliness and Nomophobia with Psychological Well-being in Migrant Students of Islamic Guidance and Counseling Study Program, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten”, Study Program: Islamic Guidance and Counseling, Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten 2024 M/ 1446 H.*

*Students consider loneliness as something normal. However, feelings of loneliness that are allowed to persist can make students seek pleasure in cyberspace, and can reduce psychological well-being.*

*The formulation of the problem in this study are: 1) Is there a relationship between loneliness and psychological well-being in migrant students? 2) Is there a relationship between nomophobia and psychological well-being in migrant students? 3) Is there a relationship between loneliness and nomophobia in migrant students? 4) Is there a relationship between loneliness and nomophobia and psychological well-being in migrant students?*

*The method used in this study is a quantitative approach with a correlational research type that aims to see how big the relationship is between variables. The data collection technique used was by distributing questionnaires to students from out of town of the Islamic Guidance and Counseling Study Program class of 2020-2023. This study was conducted in August-September 2024, with respondents totaling 69 out of town students.*

*The results of this study indicate that: 1) There is a negative and significant relationship between loneliness and psychological well-being in students who are migrants in the Islamic Guidance and Counseling Study Program. 2) There is a negative and significant relationship between the nomophobia variable and psychological well-being in students who are migrants in the Islamic Guidance and Counseling Study Program. 3) There is a positive and significant relationship between the loneliness variable and nomophobia. 4) There is a negative and significant relationship between the loneliness and nomophobia variables and psychological well-being in students who are migrants in the Islamic Guidance and Counseling Study Program.*

**Keywords:** *Loneliness, Nomophobia, Psychological Well-being*



FAKULTAS DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN

---

Nomor	: Nota Dinas	Kepada Yth.
Lamp	:	<b>Dekan Fakultas Dakwah</b>
Hal	: <b>Ujian Skripsi</b>	<b>UIN SMH Banten</b>
	<b>a.n Haula Karimah</b>	Di-
	<b>NIM: 201520007</b>	Serang

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama Haula Karimah, NIM: 201520007 dengan judul "**Hubungan antara Loneliness dan Nomophobia dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Perantau Program Studi Bimbingan Konseling Islam di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten**", diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Serang, 29 Oktober 2024

Pembimbing I

Dr. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd.

NIP. 1973028 201101 1 001

Pembimbing II

Dr. Yogi Dama Syantutra, M.Pd.

NIP. 19900314 202012 1 005

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA *LONELINESS* DAN *NOMOPHOBIA* DENGAN  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA MAHASISWA PERANTAU  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM DI UNIVERSITAS  
ISLAM NEGERI SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN

Oleh:

Haula Karimah

201520007

Menyetujui,

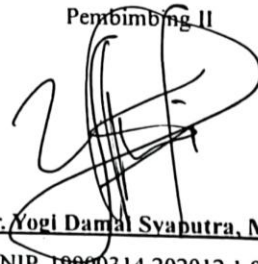
Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd.

NIP. 1973028 201101 1 001



Dr. Yogi Damai Syaputra, M.Pd.

NIP. 19900314 202012 1 005

Mengetahui,

Dekan

Fakultas Dakwah

Ketua Jurusan

Bimbingan Konseling Islam



Dr. H. Musaddad, S.Ag., M.A.

NIP. 197200626 199803 1 002



A.M Fahrurrozi, S.Psi, M.A.

NIP. 19750604 200604 1 001


## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi a.n Haula Karimah, NIM: 201520007, Judul Skripsi: **Hubungan antara Loneliness dan Nomophobia dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Perantau Program Studi Bimbingan Konseling Islam di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten**, telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 24 Oktober 2024. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.) pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 24 Oktober 2024

Sidang Munaqosah,

Ketua Merangkap Anggota,



Tb. Nurwahyu, S.Ag., M.A.  
NIP. 197110262000031002


Sekretaris Merangkap Anggota,



Ina Nurdiana, S.Pd.I., M.Pd.I.  
NIP. 198207312009122005


Anggota

Penguji I




Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum.  
NIP. 197607042000031002

Penguji II



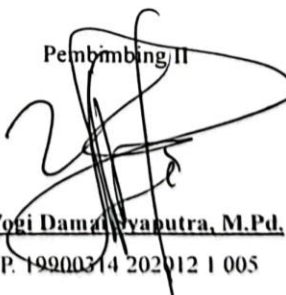
Maya Aulia, S.Th.I., M.Si.  
NIP. 198306132023212017

Pembimbing I



Dr. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd.  
NIP. 19730282011011001

Pembimbing II



Dr. Yogi Damat Syaputra, M.Pd.  
NIP. 199003142020121005



## **PERSEMBAHAN**

Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT yang senantiasa memberikan segala rahmat, karunia, dan kekuatan untuk menyelesaikan skripsi ini. Tanpa pertolongan-Nya, tugas ini tidak akan terselesaikan.

Persembahkan khusus untuk kedua orang tua tercinta Bapak Ombi Bali dan Ibu Nizmah Lubis yang selalu memberikan kasih sayang, doa, dan dukungan tanpa henti. Terima kasih atas segala pengorbanan, kasih sayang, dan nasihat yang tidak ternilai harganya. Skripsi ini adalah bentuk kecil dari rasa terima kasih atas segala jerih payah kalian.

Terimakasih kepada saudara kandungku tercinta yang selalu memberikan semangat, dukungan moral, dan canda tawa setiap langkah perjalananku. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup ini.

## MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

“Allah tidak membebani seseorang melainkan dengan kesanggupannya...”

(QS. Al-Baqarah: 286)

## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis bernama Haula Karimah, lahir di Jakarta 1 Mei 2002. Peneliti merupakan anak kedua dari 3 bersaudara dari pasangan Bapak Ombi Bali dan Ibu Nizmah Lubis. Saat ini penulis tinggal di Jl. Haji Matali, Bintara Jaya, Bekasi Barat.

Jenjang pendidikan formal yang telah peneliti selesaikan yaitu TKIT Al – Iman lulus pada tahun 2008, SDIT Al – Iman lulus pada tahun 2014, MTsN 42 Jakarta Timur lulus pada tahun 2017, MAN 18 Jakarta lulus pada tahun 2020, dan melanjutkan kuliah dengan program studi Bimbingan Konseling Islam di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tahun yang sama.

Demikian riwayat hidup penulis selama menempuh pendidikan di Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulan Hasanuddin Banten.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kahadirat Allah SWT, atas Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk dapat memperoleh gelas sarjana strata satu pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam. Shalawat dan salam penulis persembahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabat-Nya sampai hari akhir.

Alhamdulillah dengan pertolongan Allah SWT dan dengan usaha yang sungguh-sungguh akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **Hubungan antara *Loneliness* dan *Nomophobia* dengan Kesejahteraan Psikologis pada Mahasiswa Perantau Program Studi Bimbingan Konseling Islam di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.**

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan, dan masih jauh dari kesempurnaan. Namun, demikian penulis berharap semoga dengan adanya skripsi ini mudah-mudahan dapat membawa manfaat dalam khazanah ilmu pengetahuan.

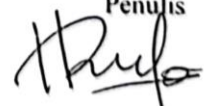
Skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak, dengan terselesaikannya penyusunan skripsi ini penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarkan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyudin, M.Pd. Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
3. Bapak A.M Fahrurrozi, S.Psi., M.A. Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
4. Bapak Dr. Agus Sukirno S.Ag., M.Pd. Dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan kepada penulis dengan kesabaran, tenaga dan pikirannya dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak Dr. Yogi Damai Syaputra, M.Pd. Dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan kepada penulis dengan kesabaran, tenaga dan pikirannya dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Nina Fitriyani, M.Pd. dan Ibu Tri Windi Oktara, S.Pd., M.Psi. dosen yang berkompetensi sebagai validator *judgement* dan mengarahkan dalam pembuatan angket penelitian.
7. Bapak dan ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten terutama yang telah mengajar dan mendidik peneliti selama kuliah.
8. Seluruh keluarga, terutama kepada orang tua Bapak Ombi Bali dan Ibu Nizmah Lubis yang telah memberikan dukungan moral, spiritual, dan materiil sepanjang perjalanan penulisan skripsi ini. Kehadiran, doa, dan semangat dari kalian telah menjadi sumber inspirasi dan kekuatan bagi penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Semoga hasil usaha ini dapat menjadi suatu bentuk penghargaan atas dedikasi dan cinta kasih yang telah kalian berikan selama ini.
9. Kepada kakakku Shofiah Saffanah dan adikku Qiyadah Al – Fatih yang sudah memberikan semangat kepada penulis untuk segera menyelesaikan tugas akhir.
10. Kepada diri sendiri yang selalu berusaha menyelesaikan tugas akhir ini.
11. Kepada responden khususnya mahasiswa perantau UIN yang sudah membantu dan memberikan jawaban atas pernyataan penulis selama proses penyusunan skripsi tanpa mereka penulisan skripsi ini tidak akan selesai.
12. Kepada Sundari Dwi Kusuma dan Kheista Arifa yang selalu memberikan dukungan, waktu dan bantuan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat selesai.
13. Teman seperjuangan kelas BKI A 2020 yang telah memberikan banyak motivasi dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.
14. Kepada semua teman yang tidak bisa disebutkan namanya satu-persatu, terima kasih sudah mendoakan penulis demi kelancaran dalam pengerjaan skripsi ini.

Serang, 29 Oktober 2024

Penulis



Haula Karimah  
NIM: 201520007

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iii</b>
<b>NOTA DINAS.....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN.....</b>	<b>v</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>viii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GRAFIK.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR BAGAN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Batasan dan Rumusan Masalah .....	8
D. Tujuan Penelitian .....	9
E. Manfaat Penelitian.....	10
F. Definisi Operasional .....	11
<b>BAB II KAJIAN TEORI.....</b>	<b>13</b>
A. Loneliness.....	13
B. Nomophobia .....	19
C. Kesejahteraan Psikologis.....	24
D. Kerangka Berpikir .....	31

E. Hubungan antar Variabel .....	32
F. Penelitian Terdahulu yang Relevan .....	32
G. Hipotesis .....	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>38</b>
A. Jenis Penelitian .....	38
B. Variabel Penelitian.....	39
C. Populasi dan Sampel.....	39
D. Instrumen Penelitian .....	41
E. Prosedur Penelitian .....	43
F. Teknik Pengumpulan Data.....	48
G. Teknik Analisis Data.....	48
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>52</b>
A. Hasil Penelitian.....	52
B. Pembahasan .....	67
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>77</b>
A. Kesimpulan.....	77
B. Saran .....	78
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>80</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>86</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Alternatif Jawaban Skala Likert.....	41
Tabel 3. 2 Indikator Instrumen Variabel X1 .....	42
Tabel 3. 3 Indikator Instrumen Variabel X2 .....	42
Tabel 3. 4 Indikator Instrumen Variabel Y .....	43
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabel Loneliness .....	46
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabel Nomophobia.....	46
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabel Kesejahteraan Psikologis .....	47
Tabel 3. 8 Kategori Skala Interval .....	49
Tabel 3. 9 Interpretasi Koefisien Korelasi .....	50
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Variabel Loneliness .....	53
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Variabel Nomophobia.....	55
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Variabel Kesejahteraan Psikologis .....	57
Tabel 4. 4 Hasil Uji Normalitas .....	59
Tabel 4. 5 Hasil Uji Linearitas X1 dan Y .....	60
Tabel 4. 6 Hasil Uji Linearitas X2 dan Y .....	61
Tabel 4. 7 Hasil Uji Hipotesis X1 dan Y .....	62
Tabel 4. 8 Hasil Uji Hipotesis X2 dan Y .....	63
Tabel 4. 9 Hasil Uji Hipotesis X1 dan X2 .....	64
Tabel 4. 10 Hasil Uji Regresi Linear Berganda.....	65
Tabel 4. 11 Hasil Uji Hipotesis X1, X2 dan Y.....	66



## DAFTAR GRAFIK

Grafik 4. 1 Diagram Batang Variabel Loneliness .....	54
Grafik 4. 2 Diagram Batang Variabel <i>Nomophobia</i> .....	56
Grafik 4. 3 Diagram Batang Variabel Kesejahteraan Psikologis .....	58

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Berpikir .....	31
Bagan 2. 2 Hubungan Antar Variabel .....	32