

LAMPIRAN A
SKALA ALAT UKUR

Kepada Yth.
Sdr/i

Perkenalkan nama saya Kristina, mahasiswi dari Program Studi Psikologi Universitas Esa Unggul yang saat ini sedang melakukan penelitian. Penelitian ini untuk memenuhi tugas akhir penyelesaian pendidikan Sarjana Psikologi. Adapun penelitian yang akan dilakukan berkaitan dengan aktivitas penggunaan smartphone. Oleh karena itu, saya memohon kesediaan saudara/i untuk meluangkan waktu sejenak untuk mengisi pernyataan ini sebagai data yang diperlukan dalam penelitian.

Isilah pernyataan-pernyataan berikut dengan jujur dan sesuai dengan keadaan saudara/i. Semua pernyataan saudara/i tidak mengandung unsur benar dan salah, sehingga tidak perlu khawatir untuk memberikan jawaban sesuai dengan keadaan atau kondisi saudara/i. Keseluruhan data dalam penelitian ini hanya untuk kepentingan penelitian dan saya jamin kerahasiannya.

Jika saudara/i memiliki pertanyaan atau informasi tambahan yang saudara/i perlukan, saudara/i dapat menghubungi saya di nomer 081286902945 atau dapat melalui email saya di *kristinakatarina19@student.esaunggul.ac.id* jika anda memilki pertanyaan atau saran seputar penelitian ini. Atas kesediaan dan partisipasi anda dalam penelitian ini, saya ucapkan terima kasih.

Hormat Saya,

Kristina

A. Identitas Responden:

Nama (Inisial) :

Usia :

Kota Domisili :

Jenis Kelamin :

- Laki-laki
- Perempuan

Pendidikan Terakhir :

- SD
- SLTP
- SLTA
- Lainnya _____

Berapa jam saudara/i menggunakan smartphone dalam sehari?

- 1 – 3 jam
- 4 – 6 jam
- 6 – 9 jam
- > dari 9 jam

B. Petunjuk Pengisian

1. Pada lembar berikut terdapat pernyataan-pernyataan yang berkaitan dengan keadaan sehari-hari. Bacalah pernyataan-pernyataan tersebut dan jawablah dengan jujur sesuai dengan keadaan diri anda sendiri.
2. Cara mengisi lembar ini dengan memilih jawaban yang sesuai menurut anda dengan memberi tanda silang (X) pada salah satu alternatif jawaban yang tersedia, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai) atau STS (Sangat Tidak Sesuai). Contohnya sebagai berikut:

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya memiliki kesulitan untuk berkata tidak.	X			

3. Skala ini bukan tes sehingga tidak ada jawaban yang salah dan benar.
4. Periksa kembali jawaban anda, jangan sampai ada yang terlewat.
5. Jawaban anda merupakan informasi yang sangat penting dan membantu penelitian saya.
6. Atas bantuan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

SKALA KONTROL DIRI UJI COBA

Dengan menggunakan skala yang disediakan, silahkan tunjukkan berapa skala dari setiap pernyataan-pernyataan berikut ini yang menggambarkan diri anda.

No.	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya selalu tepat waktu.				
2.	Saya kadang-kadang menggunakan obat-obatan secara berlebihan.				
3.	Saya sering menginterupsi orang lain.				
4.	Saya terlalu mudah kehilangan kesabaran.				
5.	Saya sering bertindak tanpa berpikir mengenai alternatif lain yang ada.				
6.	Kadang-kadang, saya tidak bisa menahan diri saya untuk tidak melakukan sesuatu, walau saya tahu hal tersebut salah.				
7.	Saya mampu bekerja dengan efektif untuk rencana jangka Panjang.				
8.	Saya mempunyai kesulitan dalam berkonsentrasi.				
9.	Sesuatu yang menyenangkan sering menghambat saya dalam menyelesaikan sesuatu.				
10.	Saya makan-makanan sehat.				
11.	Saya terlibat dengan kegiatan yang menyehatkan.				
12.	Saya lebih baik mundur jika saya belum berpikir dengan matang.				

13.	Saya pandai menahan godaan.				
14.	Saya memiliki kesulitan dalam meninggalkan kebiasaan-kebiasaan buruk.				
15.	Saya malas.				
16.	Saya mengucapkan hal-hal yang tidak pantas.				
17.	Saya tidak pernah membiarkan diri saya kehilangan kendali.				
18.	Saya melakukan hal-hal tertentu yang buruk untuk diri saya jika hal tersebut menyenangkan.				
19.	Orang lain dapat mengandalkan saya selalu sesuai dengan jadwal.				
20.	Bangun dipagi hari adalah hal yang sulit bagi saya.				
21.	Saya memiliki kesulitan untuk berkata tidak.				
22.	Saya cukup sering berubah pikiran.				
23.	Saya mengucapkan apapun yang ada dipikiran saya.				
24.	Orang lain menilai saya sebagai orang yang impulsive.				
25.	Saya menolak hal-hal yang buruk bagi diri saya.				
26.	Saya menghabiskan uang terlalu banyak.				
27.	Saya menjaga semuanya agar tetap rapi.				
28.	Saya kadang memanjakan diri saya.				
29.	Saya berharap saya memiliki disiplin diri yang lebih.				

30.	Saya dapat diandalkan.				
31.	Saya terbawa oleh perasaan saya.				
32.	Saya melakukan banyak hal tanpa terencana.				
33.	Saya tidak cukup baik menyimpan rahasia.				
34.	Orang lain mengatakan bahwa saya mempunyai disiplin diri yang cukup kuat.				
35.	Saya belajar sampai larut.				
36.	Saya tidak mudah putus asa.				

SKALA KONTROL DIRI SETELAH UJI COBA

Dengan menggunakan skala yang disediakan, silahkan tunjukkan berapa skala dari setiap pernyataan-pernyataan berikut ini yang menggambarkan diri anda.

No.	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya selalu tepat waktu.				
2.	Saya terlalu mudah kehilangan kesabaran.				
3.	Saya mempunyai kesulitan dalam berkonsentrasi.				
4.	Saya pandai menahan godaan.				
5.	Saya memiliki kesulitan dalam meninggalkan kebiasaan-kebiasaan buruk.				
6.	Saya mengucapkan hal-hal yang tidak pantas.				
7.	Saya melakukan hal-hal tertentu yang buruk untuk diri saya jika hal tersebut menyenangkan.				
8.	Orang lain dapat mengandalkan saya selalu sesuai dengan jadwal.				
9.	Bangun dipagi hari adalah hal yang sulit bagi saya.				
10.	Saya memiliki kesulitan untuk berkata tidak.				
11.	Saya mengucapkan apapun yang ada dipikiran saya.				
12.	Orang lain menilai saya sebagai orang yang impulsive.				

13.	Saya menolak hal-hal yang buruk bagi diri saya.				
14.	Saya menghabiskan uang terlalu banyak.				
15.	Saya menjaga semuanya agar tetap rapi.				
16.	Saya berharap saya memiliki disiplin diri yang lebih.				
17.	Saya terbawa oleh perasaan saya.				
18.	Saya melakukan banyak hal tanpa terencana.				
19.	Saya tidak cukup baik menyimpan rahasia.				
20.	Orang lain mengatakan bahwa saya mempunyai disiplin diri yang cukup kuat.				
21.	Saya belajar sampai larut.				

SKALA NOMOPHOBIA UJI COBA

Dengan menggunakan skala yang disediakan, silahkan tunjukkan berapa skala dari setiap pernyataan-pernyataan berikut ini yang menggambarkan diri anda.

No.	Pertanyaan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Jika Saya tidak mengecek smartphone saya dalam beberapa saat, saya akan memiliki perasaan untuk segera mengeceknya.				
2.	Saya merasa khawatir tersesat di jalan jika smartphone saya tidak bisa digunakan				
3.	Saya terus-menerus mengecek smartphone saya untuk melihat koneksi wi-fi jika saya sedang tidak memiliki koneksi wi- fi.				
4.	Saya terus-menerus mengecek smartphone saya untuk melihat ketersediaan sinyal jika saya sedang tidak memiliki sinyal.				
5.	Saya merasa panik jika saya kehabisan paket langganan bulanan.				
6.	Saya merasa takut jika daya baterai smartphone saya habis.				
7.	Saya merasa kesal ketika tidak bisa menggunakan fitur-fitur yang ada di smartphone saya.				
8.	Saya merasa kesal ketika tidak bisa menggunakan smartphone.				
9.	Saya merasa kesal jika tidak dapat mengakses informasi pada smartphone ketika saya menginginkannya.				
10.	Saya merasa tidak nyaman jika tidak dapat mengakses informasi melalui smartphone saya.				

11.	Ketidakmampuan untuk terhubung dengan berita-berita terkini melalui <i>smartphone</i> , membuat saya cemas.				
12.	Saya merasa gelisah jika saya tidak dapat segera berkomunikasi dengan keluarga saya				
13.	Saya merasa gelisah jika saya tidak dapat berkomunikasi dengan teman-teman saya.				
Jika <i>smartphone</i> saya tidak berada didekat saya,					
14.	Saya merasa bingung karena tidak tahu apa yang harus saya lakukan.				
15.	Saya merasa gelisah karena saya tidak dapat mengecek pesan <i>e-mail</i> saya.				
16.	Saya merasa janggal karena saya tidak bisa mengecek pemberitahuan terkait informasi dari relasi saya.				
17.	Saya merasa janggal karena saya tidak bisa mengecek pemberitahuan terkait informasi dari jaringan-jaringan online lainnya.				
18.	Saya merasa tidak nyaman karena saya tidak mendapatkan berita terkini tentang media sosial.				
19.	Saya merasa gelisah karena kehilangan identitas online saya.				
20.	Saya merasa khawatir karena komunikasi rutin saya dengan teman-teman akan terganggu.				
21.	Saya merasa khawatir karena komunikasi rutin saya dengan keluarga akan terganggu.				
22.	Saya merasa khawatir karena saya tidak dapat melakukan kontak dengan teman-teman saya.				

23.	Saya merasa khawatir karena saya tidak dapat melakukan kontak dengan keluarga saya.				
24.	Saya merasa gelisah karena saya tidak dapat menerima panggilan telepon				
25.	Saya merasa gelisah karena saya tidak dapat menerima pesan.				
26.	Saya merasa gelisah karena saya tidak tahu ketika seseorang mencoba menghubungi saya				
27.	Saya merasa khawatir ketika keluarga tidak dapat menghubungi saya.				
28.	Saya merasa khawatir ketika teman-teman tidak dapat menghubungi saya.				

SKALA NOMOPHOBIA SETELAH UJI COBA

Dengan menggunakan skala yang disediakan, silahkan tunjukkan berapa skala dari setiap pernyataan-pernyataan berikut ini yang menggambarkan diri anda.

No.	Pertanyaan	Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Jika Saya tidak mengecek smartphone saya dalam beberapa saat, saya akan memiliki perasaan untuk segera mengeceknya.				
2.	Saya merasa khawatir tersesat di jalan jika smartphone saya tidak bisa digunakan				
3.	Saya terus-menerus mengecek smartphone saya untuk melihat koneksi wi-fi jika saya sedang tidak memiliki koneksi wi- fi.				
4.	Saya terus-menerus mengecek smartphone saya untuk melihat ketersediaan sinyal jika saya sedang tidak memiliki sinyal.				
5.	Saya merasa panik jika saya kehabisan paket langganan bulanan.				
6.	Saya merasa takut jika daya baterai smartphone saya habis.				
7.	Saya merasa kesal ketika tidak bisa menggunakan fitur-fitur yang ada di smartphone saya.				
8.	Saya merasa kesal ketika tidak bisa menggunakan smartphone.				
9.	Saya merasa kesal jika tidak dapat mengakses informasi pada smartphone ketika saya menginginkannya.				
10.	Ketidakmampuan untuk terhubung dengan berita-berita terkini melalui smartphone, membuat saya cemas.				

11.	Saya merasa gelisah jika saya tidak dapat segera berkomunikasi dengan keluarga saya				
12.	Saya merasa gelisah jika saya tidak dapat berkomunikasi dengan teman-teman saya.				
Jika <i>smartphone</i> saya tidak berada didekat saya,					
13.	Saya merasa bingung karena tidak tahu apa yang harus saya lakukan.				
14.	Saya merasa gelisah karena saya tidak dapat mengecek pesan <i>e-mail</i> saya.				
15.	Saya merasa janggal karena saya tidak bisa mengecek pemberitahuan terkait informasi dari relasi saya.				
16.	Saya merasa janggal karena saya tidak bisa mengecek pemberitahuan terkait informasi dari jaringan-jaringan online lainnya.				
17.	Saya merasa tidak nyaman karena saya tidak mendapatkan berita terkini tentang media sosial.				
18.	Saya merasa gelisah karena kehilangan identitas online saya.				
19.	Saya merasa khawatir karena komunikasi rutin saya dengan teman-teman akan terganggu.				
20.	Saya merasa khawatir karena komunikasi rutin saya dengan keluarga akan terganggu.				
21.	Saya merasa khawatir karena saya tidak dapat melakukan kontak dengan teman-teman saya.				
22.	Saya merasa gelisah karena saya tidak dapat menerima panggilan telepon				
23.	Saya merasa gelisah karena saya tidak dapat menerima pesan.				

24.	Saya merasa gelisah karena saya tidak tahu ketika seseorang mencoba menghubungi saya				
25.	Saya merasa khawatir ketika keluarga tidak dapat menghubungi saya.				



LAMPIRAN B

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

Uji Validitas dan Reliabilitas Kontrol Diri Sebelum Uji Coba

Putaran 1

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.825	.878	36

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation
X1	62,34	164,467	,514	
X2	61,46	168,255	,191	
X3	61,63	167,299	,238	
X4	62,06	165,232	,385	
X5	62,09	173,375	,077	
X6	61,54	172,314	,078	
X7	61,37	166,770	,232	
X8	62,00	162,824	,410	
X9	61,89	169,339	,192	
X10	60,60	185,306	-,319	
X11	61,80	172,400	,089	
X12	61,57	166,605	,243	
X13	62,17	163,970	,450	
X14	62,60	165,129	,843	
X15	62,06	170,938	,151	
X16	62,23	159,652	,618	
X17	60,49	186,551	-,366	
X18	62,46	161,608	,720	
X19	62,57	163,782	,835	
X20	62,49	162,728	,705	
X21	62,31	166,457	,423	
X22	62,00	169,471	,241	
X23	62,40	164,835	,651	
X24	62,66	170,408	,690	
X25	62,60	166,129	,768	
X26	62,06	163,173	,425	
X27	62,49	166,081	,558	
X28	60,20	182,165	-,305	
X29	62,34	161,820	,610	
X30	62,03	166,676	,323	
X31	62,46	165,903	,562	
X32	62,11	166,692	,316	
X33	62,57	164,664	,852	
X34	62,29	161,622	,644	
X35	62,57	164,311	,799	
X36	62,51	181,728	-,405	

Uji Validitas dan Reliabilitas Kontrol Diri Sebelum Uji Coba

Putaran 2

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.918	.942	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	30,34	119,703	,517		,916
X4	30,06	118,585	,465		,917
X8	30,00	118,235	,412		,920
X13	30,17	118,852	,471		,917
X14	30,60	119,541	,920		,911
X16	30,23	118,476	,486		,917
X18	30,46	117,903	,687		,912
X19	30,57	118,840	,868		,911
X20	30,49	117,081	,784		,911
X21	30,31	119,045	,552		,915
X23	30,40	119,894	,667		,913
X24	30,66	124,526	,740		,915
X25	30,60	120,365	,847		,912
X26	30,06	117,938	,452		,918
X27	30,49	121,198	,557		,915
X29	30,34	116,761	,650		,913
X30	30,03	123,382	,247		,923
X31	30,46	121,020	,562		,915
X32	30,11	119,869	,389		,920
X33	30,57	119,252	,918		,911
X34	30,29	117,387	,642		,913
X35	30,57	118,605	,887		,911

Uji Validitas dan Reliabilitas Kontrol Diri Sebelum Uji Coba

Putaran 3

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.923	.945	21

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	28,57	113,193	,499		,921
X4	28,29	111,387	,482		,922
X8	28,23	111,005	,429		,925
X13	28,40	112,071	,469		,922
X14	28,83	112,676	,924		,916
X16	28,46	111,785	,480		,922
X18	28,69	110,987	,695		,917
X19	28,80	112,047	,867		,916
X20	28,71	110,210	,791		,916
X21	28,54	111,961	,567		,920
X23	28,63	113,358	,645		,919
X24	28,89	117,575	,738		,920
X25	28,83	113,440	,853		,917
X26	28,29	110,798	,467		,923
X27	28,71	114,092	,572		,920
X29	28,57	110,193	,640		,918
X31	28,69	114,045	,569		,920
X32	28,34	113,114	,385		,925
X33	28,80	112,400	,921		,916
X34	28,51	111,081	,616		,919
X35	28,80	111,753	,891		,915

Uji Validitas dan Reliabilitas Kontrol Diri Setelah Uji Coba

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	100	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.831	.838	21

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
KD_1	59.83	33.314	.386	.	.824
KD_2	59.78	33.183	.425	.	.823
KD_3	60.36	32.536	.382	.	.825
KD_4	60.07	32.854	.453	.	.822
KD_5	60.87	32.842	.342	.	.827
KD_6	59.99	33.485	.423	.	.824
KD_7	60.30	32.576	.352	.	.827
KD_8	59.74	32.679	.455	.	.821
KD_9	60.09	33.335	.400	.	.824
KD_10	60.19	33.448	.374	.	.825
KD_11	60.14	32.101	.491	.	.819
KD_12	60.86	32.667	.354	.	.826
KD_13	59.92	32.903	.503	.	.820
KD_14	60.74	32.275	.354	.	.827
KD_15	60.16	33.227	.391	.	.824
KD_16	60.63	32.377	.349	.	.827
KD_17	60.35	33.018	.367	.	.825
KD_18	59.95	32.492	.429	.	.822
KD_19	60.19	31.630	.514	.	.818
KD_20	60.59	33.295	.380	.	.825
KD_21	60.65	33.280	.339	.	.826

Uji Validitas dan Reliabilitas Kecenderungan *Nomophobia* Sebelum Uji Coba

Putaran 1

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.923	.936	28

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	97,09	124,257	,564		,920
Y2	97,63	125,064	,362		,924
Y3	96,97	126,440	,692		,920
Y4	96,97	127,264	,609		,920
Y5	97,03	127,087	,425		,922
Y6	97,54	124,667	,368		,924
Y7	96,97	125,029	,731		,919
Y8	96,97	126,440	,692		,920
Y9	96,91	127,728	,636		,921
Y10	97,20	131,341	,107		,927
Y11	96,94	125,703	,700		,919
Y12	97,17	123,029	,559		,920
Y13	97,09	123,139	,737		,918
Y14	96,97	125,676	,604		,920
Y15	97,40	120,306	,626		,919
Y16	97,09	123,551	,706		,918
Y17	97,57	124,193	,395		,924
Y18	97,09	121,139	,824		,917
Y19	97,20	121,282	,657		,919
Y20	97,26	120,903	,751		,917
Y21	97,11	123,810	,675		,919
Y22	97,26	120,903	,751		,917
Y23	97,31	132,692	,026		,928
Y24	97,34	122,997	,554		,920
Y25	97,34	120,173	,718		,918
Y26	97,34	120,173	,718		,918
Y27	97,49	123,551	,487		,922
Y28	97,34	132,173	,051		,928

Uji Validitas dan Reliabilitas Kecenderungan *Nomophobia* Sebelum Uji Coba

Putaran 2

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.939	.949	25

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	86,54	122,432	,567		,937
Y2	87,09	123,669	,342		,942
Y3	86,43	124,782	,678		,937
Y4	86,43	125,605	,594		,937
Y5	86,49	125,257	,427		,939
Y6	87,00	123,176	,354		,942
Y7	86,43	123,546	,704		,936
Y8	86,43	124,782	,678		,937
Y9	86,37	126,240	,600		,938
Y11	86,40	124,306	,663		,937
Y12	86,63	120,887	,580		,937
Y13	86,54	121,432	,732		,935
Y14	86,43	124,193	,579		,937
Y15	86,86	117,597	,677		,936
Y16	86,54	121,373	,736		,935
Y17	87,03	122,676	,382		,941
Y18	86,54	119,314	,829		,934
Y19	86,66	119,350	,667		,936
Y20	86,71	118,622	,785		,934
Y21	86,57	121,546	,711		,936
Y22	86,71	118,622	,785		,934
Y24	86,80	120,282	,608		,937
Y25	86,80	117,635	,764		,934
Y26	86,80	117,635	,764		,934
Y27	86,94	120,408	,562		,938

Uji Validitas dan Reliabilitas Kecenderungan *Nomophobia* Setelah Uji Coba

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	100	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.946	.946	25

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
NMP_1	59.23	152.704	.581	.	.944
NMP_2	59.15	152.795	.558	.	.944
NMP_3	59.77	151.250	.659	.	.943
NMP_4	59.20	152.141	.583	.	.944
NMP_5	59.68	149.432	.612	.	.944
NMP_6	59.54	152.493	.511	.	.945
NMP_7	59.14	152.768	.551	.	.944
NMP_8	59.39	149.755	.649	.	.943
NMP_9	59.59	150.871	.574	.	.944
NMP_10	59.20	152.141	.583	.	.944
NMP_11	59.23	151.835	.606	.	.944

NMP_12	59.54	152.493	.511	.	.945
NMP_13	59.17	148.264	.754	.	.942
NMP_14	58.97	151.242	.644	.	.943
NMP_15	59.40	148.869	.732	.	.942
NMP_16	59.20	152.141	.583	.	.944
NMP_17	59.20	149.939	.707	.	.942
NMP_18	59.25	151.826	.592	.	.944
NMP_19	59.23	150.583	.652	.	.943
NMP_20	59.86	151.314	.654	.	.943
NMP_21	59.43	150.732	.590	.	.944
NMP_22	59.80	150.121	.714	.	.942
NMP_23	59.73	148.644	.733	.	.942
NMP_24	59.79	150.511	.672	.	.943
NMP_25	59.43	150.732	.590	.	.944

LAMPIRAN C

GAMBARAN FREKUENSI SUBJEK PENELITIAN

A. Jenis Kelamin

JENIS KELAMIN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	36	36.0	36.0	36.0
	Perempuan	64	64.0	64.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

B. Usia

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Remaja awal (10-13 tahun)	9	9.0	9.0	9.0
	Remaja pertengahan (14-17 tahun)	29	29.0	29.0	38.0
	Remaja akhir (18-22 tahun)	62	62.0	62.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

LAMPIRAN D
UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		KD_TOTAL	NMP_TOTAL
N		100	100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	63.27	61.88
	Std. Deviation	5.991	12.787
Most Extreme Differences	Absolute	.088	.068
	Positive	.088	.068
	Negative	-.063	-.064
Test Statistic		.088	.068
Asymp. Sig. (2-tailed)		.054 ^c	.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

LAMPIRAN E
UJI KORELASI

Correlations

		KD_TOTAL	NMP_TOTAL
KD_TOTAL	Pearson Correlation	1	-.338**
	Sig. (2-tailed)		.001
	N	100	100
NMP_TOTAL	Pearson Correlation	-.338**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	100	100

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

LAMPIRAN F
KATEGORISASI KONTROL DIRI DAN KECENDERUNGAN
NOMOPHOBIA

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
KD_TOTAL	100	63.27	5.991	47	77
NMP_TOTAL	100	61.88	12.787	25	91

Kontrol Diri

<i>Skor kategorisasi</i>	<i>Skor</i>	<i>Kategorisasi</i>	<i>Jumlah</i>	<i>Presentase</i>
$X \geq \mu$	$X \geq 63,27$	Tinggi	43	43%
$X < \mu$	$X < 63,27$	Rendah	57	57%
		Total	100	100%

Kecenderungan *Nomophobia*

<i>Skor kategorisasi</i>	<i>Skor</i>	<i>Kategorisasi</i>	<i>Jumlah</i>	<i>Presentase</i>
$X \geq \mu$	$X \geq 61,88$	Tinggi	42	42%
$X < \mu$	$X < 61,88$	Rendah	58	58%
		Total	100	100%