

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. (2011). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(2), 65–71. <https://core.ac.uk/download/pdf/304201444.pdf>
- Aldianita, N., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan Kontrol Diri Dan Perilaku Impulsif Dengan *Nomophobia* Pada Remaja Pengguna Instagram Di Kelas XI IPS SMAN 31 Jakarta Timur. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 3(3), 188–196. <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/690>
- Asih, A. T., & Fauziah, N. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecemasan Jauh Dari Smartphone (*Nomophobia*) Pada Mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 6(2), 15–20. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2017.19725>
- Azwar, S. (2022). *Penyusunan Skala Psikologi* (1st ed.). PUSTAKA BELAJAR.
- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M. (1998). Ego depletion: Is the active self a limited resource? *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1252–1265. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1252>
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351–355. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x>
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *Cyberpsychology and Behavior*, 8(1), 39–51. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.39>
- Boer, R. F. (2021). *Menyelisik Media Sosial: Kajian Persuasi & Konsumsi Generasi Milenial* (R. Aqli & A. Ariyanto (eds.); 1st ed.). CV. Literasi Nusantara Abadi.
- Bragazzi, N. L., & Puente, G. P. (2014). A proposal for including *nomophobia* in the new DSM-V. *Psychology Research and Behavior Management*, 7, 155–160. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S41386>
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2018). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304–316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- Creswell, W. J. (2014). *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed methods Approaches* (V. Knight, J. Young, K. Koscielak, B. Bauhaus, M. Markanich, A. Hutchinson, R.-A. Goodwin, G. Tierney, M. Dubowe, N. Elliott, & C&M Digital (P) Ltd. (eds.); Fourth ed.). SAGE Publications Ltd.
- Darvishi, M., Noori, M., Nazer, M. R., Sheikholeslami, S., & Karimi, E. (2019). Investigating Different Dimensions of *Nomophobia* among Medical Students : A Cross-Sectional Study. *Clinical Science*, 7(4), 573–578. <https://doi.org/https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.138>

- Diba, S. D. (2013). Peranan Kontrol Diri Terhadap Pembelian Impulsif pada Remaja Berdasarkan Perbedaan Jenis Kelamin di Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1, 185–191. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i3.3330>
- Duha, A. (2016). Faktor-Faktor Resiko Kecanduan Menggunakan Smartphone Pada Siswa Di Smk Negeri 1 Kalasan Yogyakarta. *E-Journal Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 86–96. <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/1021>
- Fajri, F. V., & Karyani, U. (2021). *Nomophobia* pada Mahasiswa: Menguji Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Kontrol Diri. *Jurnal Psikologi*, 17(1), 47. <https://doi.org/10.24014/jp.v17i1.12191>
- Fathoni, A., & Asiyah, S. N. (2021). Hubungan Kontrol Diri dan Kesepian dengan *Nomophobia* pada Remaja. *Indonesian Psychological Research*, 3(2), 63–74. <https://doi.org/10.29080/ipr.v3i2.542>
- Fitrialis, R., Elsani, D., Rahmadani, T., Vania, N. R., Nabila, N. P., & Fitriana, N. (2024). Dampak Negatif Media Sosial Terhadap Remaja. *Jurnal Akuntansi, Bisnis Dan Ekonomi Indonesia*, 3(2), 30–34. <https://akuntansi.pnp.ac.id/jabei>
- Ghufron, N. M., & Risnawita, R. (2017). *Teori - Teori Psikologi* (R. Kusumaningratri (ed.)). AR-RUZZ Media Group. <https://ipusnas2.perpusnas.go.id/read-book>
- Hamidah, H. (2025). *Bahaya Kecanduan Media Sosial terhadap Kesehatan Mental Anak-anak dan Remaja*. Tempo. <https://www.tempo.co/gaya-hidup/bahaya-kecanduan-media-sosial-terhadap-kesehatan-mental-anak-anak-dan-remaja-1199272>
- Harmaini, R. W. (2018). Hubungan Intensitas Menggunakan Facebook dengan Kecenderungan *Nomophobia* pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 22. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24014/jp.v13i1.2717>
- Hermila, D. (2023). Eksplorasi Intensitas Penggunaan Sosial Media (Studi Deskriptif Pada Mahasiswa Teknik Informatika Ung). *Inverted: Journal of Information Technology Education*, 3(2). <https://doi.org/10.37905/inverted.v3i2.21172>
- Kemp, S. (2024). *Digital 2024: Indonesia*. Datareportal. <https://datareportal.com/reports/digital-2024-indonesia>
- Khairunniza, R., Adriansyah, M. A., & Putri, E. T. (2021). Harga Diri dan Intensitas Penggunaan Telepon Pintar Terhadap Kecenderungan *Nomophobia* pada Remaja Akhir. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(4), 692. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i4.6333>
- King, A. L. S., Valença, A. M., & Nardi, A. E. (2010). *Nomophobia*: The mobile phone in panic disorder with agoraphobia: Reducing phobias or worsening of dependence? *Cognitive and Behavioral Neurology*, 23(1), 52–54. <https://doi.org/10.1097/WNN.0b013e3181b7eabc>
- King, D. (2013). *Nomophobia*: Dependency on virtual environments or social phobia? *Computers in Human Behavior*, 29(1), 140–144. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2012.07.025>

- Mulyati, T., & NRH, F. (2018). Kecanduan Smartphone Ditinjau dari Kontrol Diri dan Jenis Kelamin pada Siswa SMA Mardiswara Semarang. *Jurnal Empati*, 7(Nomor 4), 1307–1316. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/empati.2018.23438>
- Munazzah, Z. (2016). *Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Konsumtif pada Mahasiswa S1 Perbankan Syariah UIN Maulana Malik Ibrahim Malang* [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/3664/1/12410013.pdf>
- Nasiruddin, F. A. Z., & Rapa, L. G. (2022). Dampak Media Sosial Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa. *EDUSTUDENT: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1(3), 188. <https://doi.org/10.26858/edustudent.v1i3.32890>
- Nurhanifa, A., Widiati, E., & Yamin, A. (2020). Kontrol diri dalam penggunaan media sosial pada remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(4), 527–540. <https://core.ac.uk/download/pdf/352882112.pdf>
- Olivencia-carrión, M. A., Ferri-garcía, R., Rueda, M., Jiménez-torres, M. G., & López-torrecillas, F. (2018). Temperament and characteristics related to *nomophobia*. *Psychiatry Research*, 266(April), 5–10. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.04.056>
- Pavithra, M., Suwarna, M., & Mahadeva Murthy, T. (2015). A Study On *Nomophobia* - Mobile Phone Dependence among Students of a Medical College in Bangalore. *National Journal of Community Medicine*, 6(2), 340–344. <https://njcmindia.com/index.php/file/article/view/1204>
- Pratidina, N. D., & Mitha, J. (2023). Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Interaksi Sosial Masyarakat: Studi Literature. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), 810. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.3083>
- Rahayuningrum, D. C., & Sary, A. N. (2019). Studi Tingkat Kecemasan Remaja Terhadap No-Mobile Phone (*Nomophobia*). *Jurnal Keperawatan BSI*, 7(1), 49–55. <https://jurnal.ensiklopediaku.org/ojs-2.4.8-3/index.php/ensiklopedia/article/view/25>
- Ramaita, Armaita, & Vandelis, P. (2019). Hubungan Ketergantungan Smartphone Dengan Kecemasan (*Nomophobia*). *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 89. <https://doi.org/10.35730/jk.v10i2.399>
- Rizal, M. (2018). Pengaruh kecerdasan spiritual terhadap kontrol diri siswa. *Jurnal Cendikia Ilmiah*, 1(1), 41–46. https://www.researchgate.net/publication/340260774_Pengaruh_Kecerdasan_Spiritual_terhadap_Kontrol_Diri_Remaja?_tp=eyJjb250ZXh0Ijp7ImZpcnN0UGFnZSI6ImhvbWUiLCJwYXNlIjoic2VhcmNoliwicG9zaXRpb24iOiJwYXNlSGVhZGVyIn19
- Sapulete, C. W., & Ambarwati, K. D. (2022). Hubungan Antara Self Control Dengan *Nomophobia* pada Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana. *Journal Psikogenesis*, 9(2), 159–171. <https://doi.org/10.24854/jps.v9i2.1883>
- Sihombing, R. (2018). *LAMPIRAN A SKALA PENELITIAN A-1 Nomophobia*

Questionnaire (NMP-Q) A-2 Skala Sensation Seeking [Universitas Katolik Soegijapranata]. <http://repository.unika.ac.id/id/eprint/18678>

- Silitonga, P. (2023). Pengaruh Positif Dan Negatif Media Sosial Terhadap Perkembangan Sosial, Psikologis, Dan Perilaku Remaja Yang Tidak Terbiasa Dengan Teknologi Sosial Media Di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 4(1), 1–23. <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu/article/view/745>
- Silvani, P. M. (2021). Pengaruh Kontrol Diri Dan Kompetensi Sosial Terhadap Kecenderungan *Nomophobia* Pada Mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 61–70. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Soegijapranta, U. C. (2025). *Sejarah Universitas Katolik Soegijapranata*. Unika Ac.Id. <https://www.unika.ac.id/sejarah-unika-soegijapranata/>
- Subroto, U., Wati, L., & Satiadarma, M. P. (2018). Hubungan Tipe Kepribadian Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau di Universitas Tarumanagara Jakarta. *Provita: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 11(2), 81–98. <https://doi.org/10.24912/provita.v11i2.2760>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D* (Sutopo (ed.); 2nd ed.). Alfabeta.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(May), 173–212. <https://doi.org/10.4324/9781315175775-5>
- Triandini, A., & Kurniasari, L. (2021). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa UMKT. *Borneo Student Research*, 3(1), 614–619. https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/download/2492/1045?__cf_chl_tk=Zdn9FyPksoe0Y02eFRG6JD1NiDwvtP0a6d4EgBO16Al-1749545461-1.0.1.1-ExPcQ1ekOFFBZwma3y3252nUvKvbUXChVlr8ylAqiKs
- 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/https://doi.org/10.4258/hir.2023.29.1.40>
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). #Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51(August 2016), 41–49. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.05.008>
- Yildirim, C. (2014). Exploring the dimensions of *nomophobia*: Developing and validating a questionnaire using mixed methods research [Lowa State University]. In *Computers in Human Behavior*. <https://www.proquest.com/openview/f2a3cfdc89196172b31b1b6e140a6e32/1?pq-origsite=gscholar&cbl=18750>
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). Exploring the dimensions of *nomophobia*: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computers in*

Human Behavior, 49(August 2015), 130–137.
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.059>

Yuwanto, L. (2010a). Causes of Mobile Phone Addiction. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 25(3), 225–229.
<https://anima.ubaya.ac.id/class/openpdf.php?file=1372231989.pdf>

Yuwanto, L. (2010b). *Mobile Phone Addict*. Universitas Surabaya.

Zhao, J., Jia, T., Wang, X., Xiao, Y., & Wu, X. (2022). Risk Factors Associated With Social Media Addiction: An Exploratory Study. *Frontiers in Psychology*, 13(April), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.837766>

