

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Telepon genggam merupakan salah satu perangkat komunikasi yang paling sering di gunakan dalam kegiatan sehari hari (Yildirim & Correia, 2015). Perkembangan *smartphone* terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun demi kenyamanan para pengguna. Ketergantungan *smartphone* ini dapat mempengaruhi kesehatan, baik secara fisik maupun psikologis. Masalah umum yang sering muncul dalam ketergantungan *smartphone* berupa gejala stress, gelisah, serta terjadinya kecemasan (*nomophobia*).

Pengunaan *smarthpone* yang berlebih dapat menyebabkan ketergantungan berupa rasa takut yang berlebih apabila berpisah atau tidak sedang menggunakan *smarthpone*, dalam istilah psikologi fenomena ini di sebut dengan *nomophobia* (Durak, 2019). Kemudahan dan kenyamanan yang ditawarkan pada *smartphone*, dapat menjadi masalah apabila digunakan secara berlebihan salah satunya adalah *nomophobia* yang akhir-akhir ini sedang menjadi salah satu perhatian seluruh dunia, *nomophobia* juga diartikan sebagai perasaan cemas yang dikarenakan tidak tersedianya perangkat seperti komputer atau perangkat komunikasi virtual, asia merupakan benua dengan jumlah pecandu *smartphone* terbanyak di dunia dan 25% diantara pecandu *smartphone* di asia adalah pengidap *nomophobia* (Daei et al., 2019).

Indonesia merupakan salah satu negara yang mempunyai pertumbuhan terbesar, setelah China dan India, secara kolektif tiga negara ini akan menambah lebih 400 juta jiwa pengguna *smartphone* dari 2014 hingga 2018.

Indonesia akan melampaui 100 juta pengguna *smartphone* aktif pada tahun 2018 yang menjadikan negara pengguna *smartphone* terbesar ke empat di dunia setelah China, India & Amerika Serikat (Millward, 2014). Hasil survei yang dipublikasi oleh Emarketer diperkirakan akhir tahun 2015 jumlah pengguna *smartphone* di Indonesia mengalami peningkatan hingga mencapai 55 juta pengguna.

Menurut data dari *The Royal Society For Public Health*, banyak kalangan remaja berusia dari 18-25 tahun sangat cenderung sekali mengalami *nomophobia* dikarenakan pada masa usia ini mereka tidak memiliki pekerjaan, hobi, atau semacam rutinitas lainnya sehingga mereka lebih banyak menghabiskan waktu dengan bermain *smartphone* (Aguilar-Valles et al., 2015).

Perilaku keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari adalah *Smartphone addiction* (dalam Karuniawan & Cahyanti, 2013, h.18). Perilaku tersebut dapat dikatakan sebagai perilaku kecanduan apabila seseorang tidak dapat mengontrol keinginannya dan menyebabkan dampak negatif pada diri individu yang bersangkutan. Sehingga perlunya kontrol diri yang dimiliki oleh setiap individu menjadi krusial karena dapat menimbulkan dampak tersendiri pada kegiatan yang dilakukan sehari-hari. Menurut *Harvard Health Publishing* kecanduan yakni pengaruh bagian di otak yang kuat dengan intensitas waktu yang lama dengan beberapa ciri khas yaitu dorongan yang kuat untuk mengakses dan

terlibat suatu objek tanpa memahami dampak negatif dari hal tersebut, dan tidak memiliki kontrol dalam penggunaan objek tersebut.

Hal ini didukung oleh pernyataan Alavi dkk (dalam Utami, 2019) yang mengatakan bahwa adiksi dapat terjadi pada saat seseorang merasakan dorongan pada tindakan untuk menggunakan suatu objek tertentu. Ketergantungan pada *smartphone* dapat menyebabkan gangguan pada kesehatan baik secara fisik, serta psikologis. Permasalahan yang terjadi pada *smartphone addiction* ialah seperti kegelisahan, stress, serta kecemasan atau yang telah diketahui yakni *nomophobia* (Ramaita dkk., 2019). Salah satu aspek dari *nomophobia* yakni kehilangan koneksi internet yang ditandai dengan perasaan kehilangan yang tidak wajar dikaernakan individu tidak dapat terkoneksi dengan internet sehingga mengkhawatirkan komunikasi pada sosial media (Yildirim & Correia, 2015). Hal ini berhubungan dengan salah satu dimensi yang ada pada *smartphone addiction* salah satunya ialah *cyberspace oriented-relationship* dimana pengguna *smartphone* memprioritaskan atau merasakan hubungan dengan teman teman yang ada di sosial media menjadi lebih akrab dibandingkan dengan dunia nyata (Kwon, Lee, dkk., 2013)

Beberapa penjelasan diatas dapat disimpulkan individu yang tidak bijak dalam menggunakan *smartphone* dapat menyebabkan ketergantungan sehingga hal tersebut dapat mengganggu baik secara fisik maupun psikologis, salah satu dampaknya ialah *nomophobia* yang merupakan gejala fobia masa kini yang ditandai dengan kecemasan berjauhan dari *smartphone*, tibulnya perasaan cemas dan kekhawatiran ketika berjauhan dari *smartphone*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, dapat dirumuskan masalah Hubungan (*smartphone addiction*) terhadap *nomophobia* di SMA Negeri 1 Nawangan Pacitan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan (*smartphone addiction*) terhadap *nomophobia* di SMA Negeri 1 Nawangan Pacitan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *nomophobia* di SMA Negeri 1 Nawangan Pacitan
2. Mengidentifikasi (*smartphone addiction*) di SMA Negeri 1 Nawangan Pacitan
3. Menganalisis hubungan (*smartphone addiction*) terhadap *nomophobia* di SMA Negeri 1 Nawangan Pacitan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan bahan pengetahuan bagi semua masyarakat untuk mengetahui hubungan (*smartphone addiction*) terhadap *nomophobia* di SMA Negeri 1 Nawangan Pacitan dan mengembangkan ilmu pengetahuan dan dijadikan sebagai bahan untuk referensi bagi petugas kesehatan sehingga mereka bisa memberikan informasi kepada masyarakat.

Penelitian ini dapat memberikan pengalaman dan pembelajaran bagi peneliti serta mengetahui adakah hubungan (*smartphone addiction*) terhadap *nomophobia* di SMA Negeri 1 Nawangan Pacitan

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi peneliti

Penelitian ini bisa memberikan pembelajaran bagi peneliti khususnya dalam mengetahui hubungan *smartphone addiction*) terhadap *nomophobia* di SMA Negeri 1 Nawangan Pacitan.

2. Bagi remaja

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan bahan pengetahuan para remaja untuk mengetahui hubungan (*smartphone addiction*) terhadap *nomophobia* di SMA Negeri 1 Nawangan Pacitan.

3. Bagi institusi (Fakultas Ilmu Kesehatan)

Penelitian ini sebagai tempat informasi dalam ilmu keperawatn dalam meneliti hubungan (*smartphone addiction*) terhadap *nomophobia* di SMA Negeri 1 Nawangan Pacitan dan sebagai acuan untuk penelitian di masa depan.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Dian Ari Widyastuti, Siti Mulyana judul penelitian “Poter *Nomophobia* (*No Mobile Phone Phobia*) di kalangan remaja”. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran kondisi *nomophobia* pada remaja. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Sampel

dalam penelitian ini berjumlah 540 siswa SMK yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala *nomophobia* dan analisis data dilakukan dengan menggunakan standar deviasi dan mean. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan ponsel di kalangan remaja yang menunjukkan tingkat *nomophobia* pada kategori sangat tinggi 5%, kategori tinggi 31%, kategori sedang 35%, kategori rendah 24%, dan kategori sangat rendah 5% (Widyastuti & Muyana, 2018).

2. Nurlaili Dina Hafni, judul penelitian “*Nomophobia* Penyakit Masyarakat Moderen”. Dalam studi ini, peneliti melaporkan bahwa ketika *smartphone* anda tertinggal di rumah secara tidak langsung anda akan lebih mudah merasakan kecemasan, detak jantung dan tekanan darah akan meningkat saat anda sudah merasa bahwa *smartphone* adalah bagian terpenting dari “hidup” anda. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan ini merupakan faktor penyebab meningkatnya depresi, gangguan kecemasan, defisit perhatian, gangguan bipolar, autisme, dan berbagai gangguan perilaku yang terjadi pada anak . Pengguna *smartphone* di Indonesia sebanyak 20% masuk dalam kategori rakus data dimana konsumsi data mencapai 249 MB per hari yang dilakukan oleh golongan ini. Dengan waktu utama di malam hari (19.00-22.00), golongan ini rata-rata menghabiskan waktu untuk menggunakan *smartphone*-nya sebanyak 126 menit per hari (Hafni, 2018).
3. Elli Nur Hayati, judul penelitian “*Nomophobia* di Kalangan Remaja”
Nomophobia memiliki peran yang besar pada pengguna *smartphone*

karena memunculkan rasa ketergantungan dan rasa kekhawatiran berlebih jika tidak mengoperasikan smartpiphone. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah tinjauan literatur, metode ini digunakan untuk mengumpulkan materi yang relevan tentang topik ini untuk mengkaji lebih jauh mengenai *nomophobia* dalam upaya untuk memperluas pengetahuan serta mengetahui dampak yang diakibatkan dari *nomophobia* pada remaja (Fadhilah et al., 2021).

4. *Adi Atmoko¹, Indah Kartika Sari¹, Augusto Da Costa², Nugraheni Warih Utami¹, Eny Tri Wahyuni "Smartphone Addiction among Adolescence Students: Its Implication toward Family Communication, Learning Process, and Guidance and Counselling" The symptoms of smartphone addiction have been extensively observed in adolescent students. This study aims to investigate the effects of smartphone addiction on students' communication with their families, their learning, as well as guidance and counseling processes. The causal correlational design was applied, involving 103 participants selected total samplings of eighth-graders junior high school students. The data was garnered through the smartphone addiction scale and family communication scale. Both of those scales had item validity of 0.3, with Alpha Cronbach reliability of 0.937 and 0.850, respectively. The obtained data were analyzed using regression. The analysis results suggest that smartphone addiction significantly decreased the quality of students' communication with their families, by -0,416. This result can be fundamental for school counselors and the subject teachers in formulating and implementing the learning process, to reduce the effects of*

smartphone addiction, enhance their communication skills, and improve the learning efficiency through the use of the smartphone as learning media, instead of restraining the smartphone use.

5. Kwon¹, Dai-Jin Kim², Hyun Cho¹, Soo Yang³ “*The Smartphone Addiction Scale: Development and Validation of a Short Version for Adolescents*”

Objective: This study was designed to investigate the revised and short version of the smartphone addiction scale and the proof of its validity in adolescents. In addition, it suggested cutting off the values by gender in order to determine smartphone addiction and elaborate the characteristics of smartphone usage in adolescents. Method: A set of questionnaires were provided to a total of 540 selected participants from April to May of 2013. The participants consisted of 343 boys and 197 girls, and their average age was 14.5 years old. The content validity was performed on a selection of shortened items, while an internal-consistency test was conducted for the verification of its reliability. The concurrent validity was confirmed using SAS, SAPS and KS-scale. Receiver operating characteristics analysis was conducted to suggest cut-off. Results: The 10 final questions were selected using content validity. The internal consistency and concurrent validity of SAS were verified with a Cronbach's alpha of 0.911. The SAS-SV was significantly correlated with the SAS, SAPS and KS-scale. The SAS-SV scores of gender ($p, .001$) and self-evaluation of smartphone addiction ($p, .001$) showed significant difference. The ROC analysis results showed an area under a curve (AUC) value of 0.963(0.888–1.000), a cut-off value of 31, sensitivity value of 0.867 and specificity value of 0.893 in boys while an

AUC value of 0.947(0.887–1.000), a cut-off value of 33, sensitivity value of 0.875, and a specificity value of 0.886 in girls. Conclusions: The SAS-SV showed good reliability and validity for the assessment of smartphone addiction. The smartphone addiction scale short version, which was developed and validated in this study, could be used efficiently for the evaluation of smartphone addiction in community and research areas

