

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan peradaban manusia disesuaikan dengan perkembangan cara penyampaian informasi yang setelah itu dikenal dengan istilah teknologi informasi. Teknologi informasi ialah sarana dan prasarana, sistem dan metode untuk memperoleh, mengirimkan, mengolah, menafsirkan, menyimpan, mengorganisasikan, dan menggunakan data secara bermakna (Warsita, 2011). Kemajuan teknologi informasi ini sangat berkembang pesat, yang berawal dari kemajuan komputerisasi hingga berubah menjadi alat komunikasi dengan jaringan lunak yang bisa mencakup seluruh dunia. Dengan perilaku manusia yang hakikatnya tidak bisa terlepas untuk berkomunikasi, maka dengan kemajuan teknologi pada masa sekarang ini menjadikan proses interaksi antar manusia mampu menjangkau lapisan masyarakat di belahan dunia manapun (Munti & Syaifuddin, 2020).



Kemajuan teknologi informasi bergerak semakin cepat dan semakin canggih, saat ini ada banyak kemajuan dari bidang teknologi informasi, hal tersebut ditandai dengan munculnya berbagai macam peralatan yang sangat canggih untuk menunjang aktivitas manusia sehari-hari. Salah satunya ialah

peralatan komunikasi berupa ponsel pintar atau yang biasa disebut dengan *smartphone*. *Smartphone* merupakan pembaharuan dari telepon genggam biasa (Handphone) menjadi ponsel pintar yang semakin dapat memudahkan individu dalam berkomunikasi (Putri, 2019). Saat ini *smartphone* digunakan lebih dari sekedar alat komunikasi sederhana saja melainkan sekarang sudah dilengkapi dengan fitur-fitur pendukung didalamnya. Fitur-fitur tersebut dapat digunakan untuk memenuhi kebutuhan pengguna *smartphone* secara instan dan tentunya akan menjadi pilihan utama dan sangat diminati bagi para penggunanya (Yasan & Yildirim, 2018).



Pada tahun 2020, Newzoo mempublikasikan bahwa penggunaan ponsel pintar (*smartphone*) terbesar berada di Tiongkok, dengan jumlahnya yang mencapai 953,55 juta pengguna, lalu diposisi kedua disusul oleh India dengan 492,78 juta pengguna *smartphone*. Diurutan ketiga terdapat negara Amerika Serikat dengan 273,76 juta pengguna. Kemudian, Indonesia menempati urutan keempat dengan 170,43 juta pengguna *smartphone*. Diurutan berikutnya ada Brazil dengan 118,53 juta pengguna. Newzoo mengatakan jumlah pengguna *smartphone* pada tahun 2020 di dunia mencapai 3,6 miliar, yang artinya jumlah itu meningkat dari hasil survey pada tahun sebelumnya yang hanya sebesar 3,4 miliar pengguna. Dan jumlah pengguna *smartphone* ini diprediksi akan terus meningkat dari tahun ke tahun. (Databoks,2020)

Di Indonesia sendiri mengalami peningkatan disetiap tahunnya. Pada tahun 2016 terdapat 132,7 juta pengguna *smartphone*, ditahun 2017 terdapat 143,26 juta pengguna, ditahun 2018 juga terdapat peningkatan sebanyak 171,17

juta pengguna, dan angka penggunaan *smartphone* ini juga terus meningkat ditahun 2019-2020 yaitu mencapai 196,7 juta pengguna. Dan jika dilihat berdasarkan provinsi, Sumatera Barat berada di peringkat ketiga pengguna *smartphone* terbanyak di Indonesia yaitu dengan jumlah mencapai 6.950.709 pengguna. (APJII, 2020).

Penggunaan *smartphone* belakangan ini banyak digunakan pada kalangan remaja, remaja banyak menghabiskan waktu dengan *smartphone* nya, mereka menggunakan *smartphone* untuk bermain game, menonton video, menjelajah internet, dan memeriksa pemberitahuan dari situs jejaring sosial (Buctot, Kim, N., & Kim, S, 2020). Badan Pusat Statistik (2020) mempublikasikan remaja usia 13-18 tahun yang menggunakan *smartphone* di Indonesia berjumlah 34,63%, sedangkan di Sumatera Barat sendiri, remaja yang menggunakan *smartphone* berjumlah 56,95% dan ini meningkat dari tahun sebelumnya yang hanya berjumlah 52,88%. Pengguna *smartphone* terbanyak menurut jenjang pendidikan yang sedang ditempuh oleh remaja di provinsi Sumatera Barat yaitu remaja yang sedang menduduki bangku SMA sederajat dengan persentase 39,28% (BPS, 2020).



Remaja adalah individu yang sedang berada pada masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perkembangan yang sangat cepat dari aspek fisik, psikis, dan sosial (Hurlock, 2011). Dengan perkembangan teknologi komunikasi yang pesat ini akan menjadikan jembatan ilmu bagi remaja dengan memanfaatkan perangkat teknologi *smartphone* yang didalamnya merupakan media informasi seperti halnya internet yang dapat

menjangkau informasi apapun dan dari belahan dunia manapun. Penggunaan *smartphone* dalam dunia pendidikan dikenal dengan teknologi *mobile learning* (*m-Learning*). Kemudian, dengan menggunakan *smartphone* remaja dapat mengembangkan pembelajaran melalui pencarian informasi dari internet, serta melatih keterampilan mereka dalam pelaksanaan pembelajaran dengan prinsip mobilitas yang dimiliki oleh *smartphone* (Ismanto *et al.*, 2017).

Pada situasi pandemi COVID-19 yang terjadi di seluruh dunia belakangan juga mengakibatkan perubahan yang cukup besar dalam gaya hidup dan perilaku beresiko kesehatan pada remaja, seperti salah satunya terjadi peningkatan penggunaan *smartphone* dikalangan remaja sehingga menjadikan kecanduan. Dampak yang seperti itu timbul dari adanya karantina domestik, yaitu suatu situasi yang diambil pemerintah untuk mengendalikan penularan penyakit dengan cara berdiam diri dirumah. Dalam hal ini, remaja akan terlibat lebih banyak aktivitas dengan *smartphone* untuk tujuan pendidikan, hiburan, dan ini efektif selama periode pembelajaran jarak jauh karena ketidakmungkinan menghadiri sekolah dan bertemu secara bebas dengan teman-teman mereka ditempat umum (De Freitas *et al.*, 2022).

Sebagian besar remaja merasa sulit untuk mengontrol penggunaan *smartphone*, remaja terus menggunakannya sehingga melebihi batas normal durasi penggunaan *smartphone* pada umumnya (Buctot *et al.*, 2020). Menurut Przybylski (2017), durasi maksimal penggunaan *smartphone* bagi remaja yaitu 4 jam 17 menit, dan jika melebihi durasi maksimal tersebut maka remaja sudah dikatakan mengalami kecanduan *smartphone* dan bisa mengganggu kemampuan



kerja pada otak remaja. Kemudian di beberapa situasi ketika remaja tidak berada di dekat *smartphone*, remaja cenderung merasakan ketidaknyamanan seperti kecemasan, depresi, bahkan gangguan mental yang dapat mempengaruhi kesehatan psikologis (Aguilera-Manrique *et al.*, 2018). Kondisi ini dikatakan *nomophobia* (*no mobile phone phobia*) yaitu kecemasan ketika berjauhan dengan *smartphone*. Saat ini mungkin istilah *Nomophobia* masih terdengar sangat asing ditelinga, Padahal Indonesia merupakan salah satu benua di Asia yang sebagian besar remajanya mengidap *nomophobia* (Reza, 2015).

Remaja memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami masalah terkait penggunaan *smartphone* yaitu seperti *nomophobia*. Remaja mampu memahami teknologi baru dengan cepat, namun remaja cenderung kurang memiliki kontrol yang baik atas perilakunya sehingga remaja lebih rentan mengalami *nomophobia*. Hal tersebut memiliki dampak yang kurang baik untuk masa perkembangan remaja seperti kurangnya komunikasi secara langsung, lebih apatis dengan kondisi disekitar, individualitas atau merasa tidak membutuhkan orang lain secara nyata. *Nomophobia* juga akan merugikan remaja dalam masa sekolahnya seperti kurangnya fokus pada materi, menurunnya prestasi akademik dan cenderung membuat individu kurang aktif dikelas (Qutishat *et al.*, 2021). Dampak dari *nomophobia* juga tidak hanya sebatas antara hubungan sosial antara para remaja dengan orang lain akan tetapi *nomophobia* ini juga akan berdampak pada kesehatan bagi para penggunaanya. Menurut Wilantika (2017), hal negatif yang akan dirasakan bagi para pengguna *smartphone* secara berlebihan dapat mengganggu kesehatan baik secara langsung maupun tidak



langsung. Dampak negatif yang mengganggu kesehatan secara langsung yaitu radiasi sinyal yang dipancarkan oleh *smartphone*. Salah satu divisi kesehatan dunia yaitu WHO menyatakan bahwa *smartphone* bisa menyebabkan kanker otak dan penelitian yang lainnya juga banyak mengatkan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan akan mengganggu janin yang ada di dalam kandungan (Wilantika, 2017). Kemudian dalam penelitian Enny (2015), juga mengatakan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan akan menyebabkan radiasi elektromagnetik yang bisa mempengaruhi tubuh dan mengakibatkan vertigo, insomnia, leukemia hingga kanker payudara. Pada beberapa kejadian, individu merasakan efek secara fisik seperti panik, gemetar, berkeringat, nafas yang pendek, detak jantung meningkat, nyeri dibagian punggung ketika ponsel mati atau tidak dapat digunakan (Kanmani *et al.*, 2017).

Seseorang yang mengalami *nomophobia* memiliki ciri-ciri diantara lain yaitu, tidak pernah mematikan *smartphone*, terobsesi untuk mengecek pesan dan panggilan tak terjawab, selalu membawa *smartphone* kemanapun pergi, menggunakan *smartphone* pada waktu yang tidak tepat, dan melewatkan interaksi langsung (Kanmani *et al.*, 2017). *Nomophobia* memiliki sifat multi-dimensi mulai dari gejala sosial, fisiologis, dan fisik yang apabila dirangkum akan menjadi sangat tergantung pada *smartphone*. Ciri-ciri *nomophobia* antara lain ialah menghabiskan banyak waktu dalam penggunaan *smartphone* (kecanduan *smartphone*), selalu membawa pengisi daya atau *powerbank*, menjadi cemas ketika tidak dapat mengakses *smartphone*, tidak mendapatkan sinyal, mencoba menghindari tempat yang tidak diperbolehkan menggunakan



smartphone, selalu terobsesi untuk melihat atau mengecek terus layar *smartphone* untuk memastikan apakah ada pesan atau panggilan yang masuk, *smartphone* selalu dinyalakan selama 24 jam, menaruh *smartphone* ditempat tidur ketika ingin tidur, lebih menyukai berkomunikasi menggunakan teknologi melalui virtual dibandingkan dengan komunikasi secara langsung, dan pengeluaran yang berlebih karena penggunaan *smartphone* (Bragazzi & Del Puente, 2014). Dalam beberapa situasi penderita *nomophobia* sering begadang untuk memainkan *smartphonena*, sehingga kualitas dan waktu tidurnya berkurang, dan dampak dari kualitas tidur yang buruk akan mengalami berbagai hal negatif antara lain, rentan mengalami kecelakaan, masalah kesehatan fisik, gangguan memori dan pembelajaran, beresiko mengalami obesitas, serta masalah gangguan mental (Aswar, 2020).

Dalam penelitian Durak (2019), yang meneliti hubungan kecanduan *smartphone* dengan *nomophobia* pada kalangan remaja di Turki, mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan *smartphone* dengan *nomophobia*. Sampel dalam penelitian ini menggunakan 612 siswa SMP dan SMA yang secara sukarela mau menjadi responden dalam penelitian ini, metode yang digunakan adalah studi relasional yang bertujuan untuk menentukan keadaan atau derajat kovarians antara dua variabel atau lebih. Analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dan analisis regresi linier berganda. Temuan atau hasil yang didapatkan dari penelitian ini adalah sebanyak 53,8% dan 94,7% prevalensi *nomophobia* dan kecanduan *smartphone* pada siswa yang berusia 16-18 tahun, kemudian sebanyak 50,9% dan 80,2%



prevalensi *nomophobia* dan kecanduan *smartphone* pada siswa yang berusia 10-12 tahun, yang berarti siswa usia 15-18 tahun memiliki kecanduan *smartphone* dengan *nomophobia* yang lebih tinggi dibandingkan siswa yang berusia 10-12 tahun. Dalam penelitian ini juga menemukan bahwa prevalensi *nomophobia* dan kecanduan *smartphone* lebih tinggi di daerah perkotaan dibandingkan dengan mereka yang tinggal di daerah pedesaan.

Kemudian dalam penelitian Buctot, Kim, N., & Kim, S. (2020) di Filipina yang meneliti tentang prevalensi *nomophobia* dan kecanduan *smartphone* dengan menggunakan metode penelitian yaitu cross-sectional, analisis korelasi pearson, analisis regresi linier berganda, dengan jumlah sampel sebanyak 1.447 siswa SMP dan SMA yang ada di Filipina yang di survey dan mendapatkan datanya menggunakan google form. Kemudian dari penelitian ini mendapatkan hasil bahwa hanya 0,5% dari jumlah responden tidak memiliki *nomophobia*, dan sebaliknya sebanyak 12,4%, 63,2%, dan 23,8% dari sampel memiliki *nomophobia* ringan, sedang, dan berat. Lalu sebanyak 62,6% dari responden memiliki kecanduan *smartphone*. Dan analisis korelasi person mengungkapkan bahwa *nomophobia* dan kecanduan *smartphone* saling berkorelasi positif ($r=0.615$; $p < .01$).

Dalam penelitian Fathoni (2021) yang meneliti tentang *nomophobia* pada remaja SMA yang ada di kota Surabaya juga mengatakan bahwa semakin lama durasi yang digunakan dalam penggunaan *smartphone* akan mengakibatkan terjadinya *nomophobia*. Kemudian sejalan dengan penelitian Rahayuningrum & Sary (2019) yang juga meneliti kejadian *nomophobia* pada



remaja SMA yang ada di kota Padang dengan menggunakan teknik *cluster sampling* dengan jumlah sampel penelitian yang didapatkan sebanyak 147 responden, dan mendapatkan hasil bahwa sebanyak 10 responden (6,8%) mengalami *nomophobia* ringan, 70 responden (47,6%) mengalami *nomophobia* sedang, dan 67 responden (45,6%) mengalami *nomophobia* berat.

Menurut Durak (2019), usia yang paling rentan mengalami kecanduan *smartphone* dan *nomophobia* adalah siswa Sekolah Menengah Atas dengan rentang umur 16-18 tahun, kemudian dalam penelitiannya juga mengungkapkan bahwa prevalensi *nomophobia* dan kecanduan *smartphone* lebih tinggi di daerah perkotaan dibandingkan dengan mereka yang tinggal di daerah perdesaan. Dan Sumatera Barat sendiri merupakan sebuah Provinsi di Indonesia dengan Ibu Kotanya yang terletak di Kota Padang. Berdasarkan data dari Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat, SMA Negeri 3 Padang merupakan salah satu SMA terbaik dan unggulan yang ada di kota Padang. Kemudian di sekolah ini gurunya juga memperbolehkan siswa membawa *smartphone* kesekolah untuk menunjang pembelajaran yang ada.



Hasil *study* pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 17 Maret 2022 di SMA Negeri 3 kota Padang kepada 10 orang siswa yang dipilih secara acak dengan melakukan observasi dan wawancara. Pada saat observasi terlihat bahwa hampir semua siswa membawa dan menggunakan *smartphone* kesekolah.

Kemudian pada saat wawancara didapatkan hasil bahwa 8 dari 10 orang siswa mengatakan lebih dari 5 tahun memiliki *smartphone*, 7 orang siswa

mengatakan durasi penggunaan *smartphone* dalam sehari mencapai lebih dari 7 jam, lalu 6 orang siswa mengatakan memeriksa *smartphone* setiap 5 sampai 10 menit sekali sehingga tidak melewatkan percakapan orang lain dalam segala media sosial dan aplikasi manapun. 8 orang siswa lainnya mengatakan tidak dapat berhenti menggunakan *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian 7 orang siswa mengatakan akan merasa kesal ketika tidak dapat menggunakan *smartphone* ketika sedang membutuhkannya. 6 orang siswa mengatakan sering merasakan nyeri dipergelangan tangan dan dibagian belakang leher akibat penggunaan *smartphone*.

Kemudian 7 orang siswa mengatakan bahwa kehabisan baterai *smartphone* akan membuat mereka merasa gelisah. 8 orang siswa merasa tidak nyaman dan cemas jika pulsa atau kuota nya habis dan 7 orang siswa mengatakan jika tidak ada jaringan, maka mereka akan terus memeriksa untuk melihat apakah ada sinyal atau jaringan Wi-Fi. Bahkan 8 orang siswa mengatakan jika tidak bisa menggunakan *smartphone*, mereka merasa cemas dan takut tersesat di suatu tempat yang mereka kunjungi.



B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan dari kecanduan *Smartphone* dengan *Nomophobia* pada remaja di SMA Negeri 3 Kota Padang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecanduan *smartphone* dengan *nomophobia* pada remaja di SMA Negeri 3 Kota Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kecanduan *smartphone* pada remaja di SMA Negeri 3 Kota Padang
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi *nomophobia* pada remaja di SMA Negeri 3 Kota Padang
- c. Untuk mengetahui hubungan antara kecanduan *smartphone* dengan *nomophobia* pada remaja di SMA Negeri 3 Kota Padang

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu dan meningkatkan pengetahuan peneliti tentang hubungan antara kecanduan *smartphone* dengan *nomophobia* pada remaja.

2. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah dan membantu memperkaya pengetahuan remaja khususnya remaja di SMA Negeri 3 Kota Padang dalam mengenali tanda-tanda *nomophobia* dan



meningkatkan kesadaran terhadap bahaya ataupun dampak dari *nomophobia*

3. Bagi fakultas keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai data dasar dan literatur tambahan untuk penelitian selanjutnya sekaligus dapat memberikan informasi terkait hubungan antara kecanduan *smartphone* dengan *nomophobia* pada remaja di SMA Negeri 3 Kota Padang.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi untuk penelitian selanjutnya dalam menemukan faktor resiko lain yang terkait dengan *nomophobia* selain dari kecanduan *smartphone*, dijadikan sumber literatur untuk penelitian kualitatif yang juga perlu dikembangkan dan intervensi keperawatan yang cocok untuk penyelesaian masalah *nomophobia*.

