

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Mahasiswa keperawatan adalah calon perawat profesional yang akan melaksanakan pelayanan kesehatan dan tentunya harus memiliki keterampilan komunikasi yang baik dalam berinteraksi secara langsung dengan pasien maupun orang lain (Suminarsis & Sudaryanto, 2017). Hal ini disebabkan karena komunikasi merupakan salah satu kompetensi inti yang harus dimiliki oleh perawat yang telah menyelesaikan mata kuliah pendidikan keperawatan (Jin & Sook, 2021). Dimana komunikasi keperawatan bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam memahami pesan yang disampaikan antara pemberi dan penerima sehingga bahasa lebih jelas, lengkap, pengiriman dan umpan balik seimbang, dan melatih menggunakan bahasa non-verbal secara baik (Mulyana & Rikky, 2021).

Belakangan ini dunia pendidikan di Indonesia mengalami gangguan, yang dahulunya dilaksanakan dengan cara tatap muka namun akibat dari pandemi wabah Covid-19, pendidikan di Indonesia menggunakan sistem pembelajaran virtual. Dampak dari pandemi Covid-19 ini mengharuskan mahasiswa untuk mengikuti pembelajaran daring sehingga mahasiswa dipaksa untuk menyesuaikan diri atau beradaptasi terhadap semua perubahan atau kebiasaan yang terjadi (Pamungkas, 2020). Namun terdapat hambatan yang

dirasakan oleh mahasiswa keperawatan selama pembelajaran daring, diantaranya kurangnya interaksi sosial di antara mahasiswa dan pengajar sehingga menimbulkan kecemasan interaksi sosial pada mahasiswa (Achmad *et.al.*, 2021)

Kecemasan interaksi sosial merupakan bagian dari kecemasan sosial yaitu tindakan menarik diri atau menghindari pertemuan sosial dan umumnya menghindari risiko (Rahm-Knigge, R. L *et.al.*, 2018). Penelitian lain juga menyebutkan bahwa kecemasan interaksi sosial adalah kecemasan yang timbul pada saat bertemu atau berbicara dengan orang lain (Kim, H. S., 2020). Kecemasan interaksi sosial didefinisikan sebagai rangkaian keparahan yang luas, mulai dari tingkat ketakutan dan penghindaran subklinis (dialami oleh kebanyakan orang) hingga ketakutan yang intens dan melemahkan atau penghindaran total dari semua situasi sosial/kinerja (Crome & Baillie, 2014; Iza *et.al.*, 2014; Kollman, Brown, Liverant, & Hofmann, 2006 dalam Sunderland *et.al.*, 2020).

Kecemasan interaksi sosial yang dialami dapat terjadi secara umum (Lyvers *et.al.*, 2018), baik itu kepada lawan jenis, orang asing, atau teman (Wahyuni, 2018). Menurut Sunderland *et.al.*, (2020) kecemasan interaksi sosial ditandai dengan rasa takut yang intens dan menghindari interaksi sosial sehari-hari atau situasi kinerja yang memiliki kaitan dengan banyak orang. Selain itu, kecemasan interaksi sosial juga mengacu pada kecemasan atau ketakutan bahwa kata-kata dan tindakan seseorang akan terlihat membosankan dan bodoh dalam suatu situasi dimana seseorang akan merasa diabaikan

karena tidak dapat merespons dengan tepat (Kim Y. J. & Chung N. W. 2016 dalam Kim K. N. 2020).

Individu dengan kecemasan interaksi sosial cenderung menunjukkan perbedaan perilaku yang halus, seperti peningkatan gelisah selama interaksi sosial (Lackner & Quigley, 2005 dalam Boukhechba *et.al.*, 2018). Gejala kecemasan interaksi sosial dapat muncul di seluruh situasi sosial (misalnya menghadiri pertemuan sosial; melakukan perilaku di depan umum) dan yang lebih parah cenderung mendukung penyimpangan sosial dalam interaksi sosial (Villarosa-Hurlocker, Whitley, Capron , & Madson, 2017). Adapun ciri-ciri interaksi sosial menurut Astuti (2016) yaitu gejala kognitif, gejala perilaku yang bervariasi, dan gejala fisiologis.

Dalam sebuah penelitian mengatakan bahwa individu dengan kecemasan interaksi sosial sangat lazim terjadi di kalangan mahasiswa (Boukhechba *et.al.*, 2018). Hal ini pun didukung oleh penelitian Rahm-Knigge, R. L *et.al.*, (2018) yang menemukan bahwa orang yang mengalami kecemasan interaksi sosial yang tinggi cenderung terjadi pada mahasiswa. Begitu juga dengan penelitian (Seidi, 2017; Desalegn, *et al.*, 2019) yang menyatakan alasan mahasiswa rentan terhadap kecemasan interaksi sosial karena mahasiswa berada pada periode usia yang melibatkan psikososial untuk membangun identitas dan mengelola hubungan interpersonal.

Beberapa penelitian menunjukkan prevalensi kecemasan interaksi sosial pada mahasiswa di berbagai negara, seperti dalam penelitian sebelumnya, Kim H. S, (2020) menemukan sebanyak 22% mahasiswa

mengalami kecemasan interaksi sosial dari tiga universitas di Gwangju dan Jeonnam, Korea. Pada mahasiswa Universitas Jyväskylä di Finlandia ditemukan sekitar 60% yang mengalami masalah kecemasan interaksi sosial, dan 70% mengalami kecemasan komunikasi yang tinggi (Gorinelli *et.al.*, 2022). Sementara itu di Indonesia, khususnya di Universitas Sebelas Maret yang terdiri dari enam fakultas didapatkan sebanyak 31,75% mahasiswa mengalami kecemasan interaksi sosial (Saniatuzzulfa & Wijiyanti, 2019).

Dalam penelitian Jaiswal *et.al.*, (2020) melaporkan prevalensi kecemasan interaksi sosial yang didapatkan sekitar 16,9% pada mahasiswa tiga perguruan tinggi kedokteran dan dua perguruan tinggi teknik di Universitas India. Pada penelitian Villarosa & Madson., (2020) memperoleh sebanyak 35% kecemasan interaksi sosial pada mahasiswa psikologi di Universitas Tenggara, Amerika Serikat. Sedangkan pada mahasiswa keperawatan Kim, K. N. (2020) mendapatkan sebesar 58,1% kekuatan faktor yang mempengaruhi kecemasan interaksi sosial pada mahasiswa keperawatan dari 4 perguruan tinggi keperawatan Korea yang berada di Kota B dan Kota C.

Kecemasan interaksi sosial yang telah tersebar luas di kalangan mahasiswa memberikan dampak negatif pada kesehatan mental dan adaptasi sosial mereka (Buckner, Lemke, Jeffries, & Shah, 2017; Li, Wang, Liang, & Wang, 2017; Villarosa-Hurlocker & Madson, 2019; Wu, Huang, He, Tang, & Pu, 2015). Dampak negatif dari kecemasan interaksi sosial banyak, baik itu

dari segi psikologis dan sosial (Kim K. N. 2020), hingga mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa (Huang *et al.*, 2018).

Dampak kecemasan interaksi sosial juga dapat mengganggu interaksi antar pribadi dan kehidupan sehari-hari (Ceyhan, 2010). Hal ini pun didukung Kaur *et al.*, (2021) bahwa kecemasan interaksi sosial dapat menimbulkan perilaku menghindari dunia nyata dan mendorong terciptanya kebiasaan komunikasi dunia maya dimana mereka dapat secara leluasa dan nyaman tanpa bertatap muka.

Banyak faktor yang mempengaruhi kecemasan interaksi sosial, yaitu ketakutan evaluasi negatif dari orang lain, intoleransi terhadap ketidakpastian (Kim, K. N. 2020). Kemudian, ditemukan juga beberapa faktor lain yang mempengaruhi kecemasan interaksi sosial seperti penekanan ekspresif, perenungan, sensitivitas kecemasan, penghindaran pengalaman, (Irkorucu, 2018) serta *nomophobia* (Kaur *et al.*, 2021).

Dari banyak faktor yang mempengaruhi, salah satunya adalah tingginya peningkatan *nomophobia* dari tahun ke tahun yang diduga penyebab perkembangan kecemasan interaksi sosial (Kaur *et al.*, 2021). Menurut Bisrie (2022) *nomophobia* atau akronim dari *no mobile phone phobia* merupakan sebuah ketakutan yang berlebihan akan ketidaknyamanan atau kecemasan yang disebabkan oleh hilangnya kontak dengan *smartphone* atau komputer. Dalam *nomophobia*, ada kondisi fisik dan mental yang disebabkan oleh ketakutan yang tidak masuk akal (Olivia-Carrióna *et al.*, 2018).

Ketakutan yang dialami *nomophobia* dapat ditandai dengan perilaku selalu membawa *smartphone* kemanapun pergi, menggunakan *smartphone* pada waktu yang tidak tepat, terobsesi untuk mengecek pesan dan panggilan tak terjawab, tidak pernah mematikan *smartphone*, dan melewatkan interaksi langsung (Kanmani *et.al.*, 2017). Orang-orang dengan *nomophobia* mencakup ketakutan yang irasional, memicu stres dan kecemasan yang intens ketika kehilangan ponsel mereka (Olivencia-Carrion *et.al.*, 2018). Menurut Rawas *et.al.*, (2021), orang dengan *nomophobia* juga cenderung memiliki sikap panik dan ketakutan ketika pulsa atau data bulannya habis, dan juga saat baterai *smartphone* nya terkuras.

Dari hasil pengamatan King *et.al.*, (2013) beberapa penderita *nomophobia* menggunakan *smartphone* untuk berinteraksi dengan orang lain secara rasional, dimana bentuk komunikasi ini sebagai sarana untuk menghindari interaksi sosial langsung yang kemungkinan besar membuat mereka merasa sangat cemas. Kecemasan interaksi sosial dapat meningkat dengan munculnya tren *nomophobia* yang menjadikan kebiasaan dalam melindungi diri dari interaksi sosial dengan menggunakan *smartphone* (Qutishat *et.al.*, 2020).

Dari penelitian Novianti *et.al.*, (2020) mahasiswa keperawatan Universitas Ngudi Waluyo ditemukan mengalami *nomophobia* sebanyak 56.7%. Disisi lain Haryati *et.al.*, (2020) mendapatkan sebesar 63,5% *nomophobia* sedang, 27,6% *nomophobia* berat, dan 9% *nomophobia* ringan pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. Hal ini pun

didukung oleh penelitian Dilla, (2020) yang menemukan sebanyak 75,79% mahasiswa keperawatan Universitas Andalas mengalami *nomophobia* yang berada dalam rentang sedang. Tingginya prevalensi tersebut sehingga dibutuhkan cara untuk mengatasinya.

Pada penelitiannya Kaur *et.al.*, (2021) memberikan saran program pencegahan yang dapat diterapkan diantaranya yaitu Universitas Andalas khususnya Fakultas Keperawatan harus merancang mekanisme pembatasan penggunaan ponsel di kalangan mahasiswa, dimana para mahasiswa harus diberi tahu tentang tren *nomophobia* yang berkembang dan akibatnya pada kerusakan kesehatan mahasiswa. Kemudian melibatkan relawan mahasiswa untuk melakukan skrining (deteksi dini) terkait kecemasan interaksi sosial dan *nomophobia* di kalangan mahasiswa (Kaur, *et.al.*, 2021). Skrining bertujuan untuk mendeteksi ada tidaknya serta mencegah terjadinya kasus tersebut (Wulandari, 2021). Dengan pelaksanaan skrining dapat memberikan banyak manfaat diantaranya, meningkatkan kesadaran, pengetahuan dan pemahaman mahasiswa, mendorong mereka untuk menjaga kesehatan dan menerapkan tindakan pencegahan yang tepat (Asep, 2021). Deteksi dini (skrining), edukasi gaya hidup sehat dan intervensi yang terintegrasi dengan pengaturan lingkungan yang sehat merupakan bentuk upaya promotif dan preventif hidup sehat yang dilakukan sebagai perwujudan GERMAS (Kemenkes RI, 2019).

Menurut WHO *health promoting university* merupakan salah satu upaya promosi kesehatan berbasis lingkungan yang kemudian dikembangkan oleh ASEAN University Network (AUN) pada tahun 2017 (WHO, 1998

dalam Dewi *et.al.*, 2021). Menurut Kemenkes RI (2019) dari perkembangan Healthy University di Indonesia telah membuat terobosan untuk optimalisasi pencegahan dan pengendalian penyakit pada kelompok usia produktif di lingkungan perguruan tinggi yang disebut dengan Program Kampus Sehat.

Salah satu perguruan tinggi yang telah bekerja sama dengan Kemenkes RI dalam peluncuran program Kampus Sehat adalah Universitas Andalas (Syafarud, 2019). Namun, dari hasil penelitian Mesa (2022) melaporkan bahwa program Kampus Sehat di Universitas Andalas masih mengalami beberapa kendala, diantaranya perencanaan program kerja yang belum selesai disusun dimana posisi struktur program kampus sehat di Universitas Andalas belum jelas sehingga menyebabkan koordinasi dan komunikasi yang kurang efektif dalam pelaksanaan program, serta belum adanya perencanaan dan penetapan indikator kinerja program yang akan dicapai. Akibatnya belum dapat ditemukan atau diketahui ada tidaknya mahasiswa di kampus Universitas Andalas, khususnya Fakultas Keperawatan yang mengalami *nomophobia* dan kecemasan interaksi sosial.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang penulis lakukan pada 10 orang terhadap mahasiswa Keperawatan program A Universitas Andalas pada bulan maret 2023 dengan teknik wawancara dari segi *nomophobia* pada responden didapatkan data bahwa 8 dari 10 orang mahasiswa mengungkapkan sangat setuju bahwa mereka merasa kesal ketika *smartphone* nya tidak dapat berfungsi ketika dibutuhkan, 6 dari 10 mahasiswa mengatakan sangat setuju sekali mereka merasa panik dikala baterai maupun paket data bulanannya

mulai habis, 8 dari 10 mahasiswa mengatakan sangat setuju jika tidak mendapatkan jaringan maka mereka memeriksa sinyal maupun wi-fi secara terus menerus pada *smartphone* nya, 7 dari 10 mahasiswa mengatakan sebagian besar setuju merasa cemas ketika tidak dapat berkomunikasi dengan keluarga maupun teman-temannya melalui *smartphone*, 5 dari 10 mahasiswa mengatakan sangat setuju merasa tidak nyaman jika tidak terhubung dengan akun online atau media sosialnya, dan bahkan 6 orang lainnya dari 10 mahasiswa mengatakan sebagian besar setuju merasa aneh dan tidak tahu harus berbuat apa tanpa *smartphone*.

Dilihat dari segi kecemasan interaksi sosial didapatkan data, bahwa 10 orang dari 10 mahasiswa mengatakan sangat benar merasa gugup untuk berbicara dengan orang – orang yang berwenang/memiliki jabatan yang tinggi, 6 dari 10 mahasiswa mengungkapkan cukup benar menjadi tegang jika berbicara tentang diri atau perasaannya, 7 dari 10 mahasiswa mengatakan cukup benar merasa tidak nyaman bergaul secara sosial, 8 orang dari 10 mahasiswa mengatakan sangat benar sekali mengalami kesulitan atau gugup dalam berbicara dengan orang yang baru dikenal, 9 orang dari 10 mahasiswa mengatakan sangat benar sekali merasa sulit untuk tidak setuju dengan sudut pandang orang lain, 7 orang dari 10 mahasiswa mengatakan cukup benar merasa khawatir dalam situasi sosial karena tidak tahu harus berkata apa, 9 orang dari 10 mahasiswa mengatakan sangat benar merasa khawatir akan diabaikan saat bergabung dalam kelompok, dan 10 orang dari 10 mahasiswa

mengatakan sangat benar sekali ragu dalam menyapa seseorang yang baru dikenal.

Berdasarkan pada pemaparan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara *nomophobia* dengan kecemasan interaksi sosial pada mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas.

### B. Rumusan Masalah

Sesuai dengan yang diuraikan dibagian latar belakang, maka rumusan masalah yang menjadi fokus penelitian ini yaitu : “Apakah terdapat hubungan antara *nomophobia* dengan kecemasan interaksi sosial pada mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas?”

### C. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *nomophobia* dengan kecemasan interaksi sosial pada mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya distribusi frekuensi *nomophobia* pada mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas.
- b. Diketuainya distribusi frekuensi kecemasan interaksi sosial pada mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas.

- c. Diketuainya hubungan antara *nomophobia* dengan kecemasan interaksi sosial pada mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas

#### D. Manfaat Penelitian

##### 1. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan mahasiswa keperawatan sebagai alat utama untuk memeriksa dan menilai *nomophobia* dan kecemasan interaksi sosial yang dialami sebagai sebagai tindak lanjut menuju pencegahan kecemasan interaksi sosial.

##### 2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu pengembangan dalam ilmu pengetahuan pada bidang ilmu keperawatan komunitas dan keperawatan jiwa mengenai pentingnya meningkatkan upaya pencegahan dalam mengatasi *nomophobia* dan kecemasan interaksi sosial pada mahasiswa.

##### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data dasar dan pertimbangan untuk melakukan penelitian yang serupa tentang hubungan *nomophobia* dengan kecemasan interaksi sosial pada mahasiswa.