

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pengembangan teknologi informasi berkembang sangat cepat dan terus maju. Kita dapat melihat kemajuan ini melalui berbagai jenis perangkat teknologi canggih yang telah muncul, yang memudahkan kegiatan sehari-hari manusia. Sebagai contoh adalah *smartphone*, atau yang sering disebut telepon pintar. *Smartphone* merupakan evolusi dari telepon seluler standar menjadi perangkat yang lebih canggih, memungkinkan komunikasi lebih mudah bagi penggunanya (Putri, 2019). Kini, *smartphone* tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi dasar, tetapi juga telah dilengkapi dengan berbagai fitur yang mendukung kebutuhan penggunanya, menjadikannya sangat populer dan menjadi pilihan utama bagi banyak orang. (Yasan Ak & Yildirim, 2018).

Pada tahun 2022, menurut data yang dirilis oleh Newzoo, Tiongkok menduduki posisi teratas sebagai negara dengan jumlah pengguna *smartphone* terbanyak, yaitu sekitar 974,69 juta pengguna. India mengikuti di posisi kedua dengan 659 juta pengguna. Amerika Serikat berada di urutan ketiga dengan 276,14 juta pengguna. Indonesia menempati posisi keempat dengan jumlah pengguna *smartphone* sebesar 178,70 juta, dan Brazil berada di urutan kelima dengan 143,43 juta pengguna. Data dari Newzoo menunjukkan bahwa jumlah pengguna *smartphone* ini terus mengalami peningkatan setiap tahunnya. (Newzoo, 2022)

Indonesia sendiri tumbuh setiap tahun. Pada tahun 2016 terdapat 132,7 juta pengguna *smartphone*, pada tahun 2017 terdapat 143,26 juta pengguna, pada tahun 2018 juga terjadi peningkatan sebesar 171,17 juta pengguna, dan penggunaan *smartphone* ini juga meningkat pada periode 2019–2020 mencapai 196,7 juta pengguna. Dan menurut provinsi, Sumbar memiliki jumlah pengguna *smartphone* terbanyak ketiga di Indonesia dengan total 6.950.709

pengguna (APJII, 2020). Persentase pengguna *smartphone* berdasarkan usia di Indonesia yaitu usia 19-34 tahun dengan persentasi yaitu 98,64% (Databoks, 2021)

Belakangan ini, penggunaan *smartphone* telah menyebar di kalangan remaja. Remaja menghabiskan banyak waktu di *smartphone*, mereka menggunakan *smartphone* untuk bermain game, menonton video, menjelajahi web, dan memeriksa notifikasi media sosial (Buctot et al., 2020). Badan Pusat Statistik (2020) melaporkan bahwa 34,63% remaja usia 13-18 tahun di Indonesia menggunakan *smartphone*, sedangkan di Sumatera Barat hanya 56,95% remaja yang menggunakan *smartphone*. Peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya hanya 52,88%. Berdasarkan tingkat pendidikan remaja di Provinsi Sumatera Barat saat ini, pengguna *smartphone* terbanyak adalah remaja yang sedang duduk di bangku SMA atau sederajat dengan persentase sebesar 39,28% (BPS, 2020).

Remaja, yang didefinisikan oleh Hurlock (2011) sebagai individu yang dalam proses transisi dari anak-anak ke dewasa, mengalami perkembangan yang cepat secara fisik, psikologis, dan sosial. Saat ini, banyak mahasiswa yang menggunakan *smartphone* untuk mengakses internet, termasuk media sosial seperti Instagram, sering kali mendapatkan manfaat dari penggunaannya. Namun, Parisa & Leornadi (2014) menunjukkan bahwa penggunaan yang tidak disadari ini bisa berlebihan dan menimbulkan masalah bagi mahasiswa. Penggunaan *smartphone* yang bermasalah, menurut Shapira dan lainnya (2000), adalah ketika seseorang tidak bisa mengontrol penggunaan *smartphone* mereka, yang menyebabkan kesulitan dan gangguan dalam kehidupan sehari-hari. Odaci dan Kalkan (2010) menambahkan bahwa penggunaan *smartphone* yang bermasalah umumnya diidentifikasi dengan durasi penggunaan lebih dari empat jam per hari. Caplan (2010) menyatakan bahwa gejala-gejala penggunaan *smartphone* yang bermasalah pada mahasiswa termasuk obsesi untuk segera online dan keinginan yang kuat untuk terus online, yang membuatnya sulit mengontrol waktu penggunaan *smartphone*.

Menurut Frangos dan Sotiropoulos (2011), mahasiswa dianggap sebagai kelompok yang rawan mengalami *problematic smartphone use*, karena mahasiswa memiliki banyak waktu luang, akibat dari jadwal kampus yang tidak terstruktur. Hal ini membuat mahasiswa merasa lebih nyaman untuk mengisi waktu luangnya dengan melakukan interaksi daring secara terus-menerus menggunakan media sosial Instagram, yang menyebabkan para mahasiswa menjadi kesulitan untuk mengontrol waktu daringnya. Hal tersebut diperkuat oleh riset yang dilakukan Kircaburun dan Griffiths (2018) bahwa sebagian besar mahasiswa yang menggunakan Instagram secara berlebihan, diakui sebagai sikap pelarian para mahasiswa dari kenyataan.

Kecanduan *smartphone* merupakan perilaku keterikatan atau kecanduan *smartphone* yang dapat menjadi masalah sosial seperti penarikan diri dan kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Sebagian besar remaja merasa sulit untuk mengontrol penggunaan *smartphone* mereka, dan remaja terus menggunakannya melebihi batas normal penggunaan *smartphone* pada umumnya terutama untuk menggunakan media sosial, bermain game, menonton video, atau *chatting* (Buctot et al., 2020). Waktu penggunaan *smartphone* maksimal remaja adalah 4 jam 17 menit, dan apabila waktu penggunaan maksimal ini terlampaui maka disebut kecanduan *smartphone* pada remaja dan dapat mempengaruhi kemampuan kerja otak remaja (Aguilera-Manrique et al., 2018).

Maraknya penggunaan *smartphone* tentunya akan berdampak pada penggunaannya. *Smartphone* yang digunakan dengan baik dan tidak berlebihan memberikan efek positif bagi penggunaannya. Di sisi lain, jika *smartphone* tidak digunakan dengan baik, pengguna akan mengalami efek negatif karena banyaknya fungsi *smartphone* yang membuat kecanduan. Kondisi individu yang selalu ingin terhubung dengan dunia maya melalui *smartphone* inilah yang disebut dengan kecanduan ponsel atau *smartphone addiction*. (Susilawati Irham et al., 2022)

Hasil penelitian yang dilakukan Dina (2021) kepada salah satu mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas didapatkan bahwa mahasiswa lebih sering menggunakan internet untuk media sosial seperti instagram, tiktok, atau bermain game online dibandingkan untuk kepentingan pendidikan. Setara dengan studi yang dilakukan Desi (2019) pada mahasiswa keperawatan Stikes Bhamada Slawi bahwa Sebagian besar mahasiswa menggunakan *smartphone* lebih dari 4 jam dan belum bisa menggunakan *smartphone* dengan bijak (Hastuti et al., 2019)

Remaja lebih rentan terhadap masalah yang berkaitan dengan penggunaan *smartphone* berlebihan. Mereka cepat memahami teknologi baru, tetapi sering kali kurang mampu mengontrol perilaku mereka, membuat mereka lebih terbuka terhadap risiko *nomophobia*. Wilatika (2018) menyatakan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebih dapat berdampak negatif pada kesehatan secara langsung maupun tidak langsung, termasuk efek radiasi sinyal dari *smartphone*. WHO telah menyatakan bahwa radiasi *smartphone* dapat menyebabkan kanker otak, dan riset lain menyebutkan bahwa penggunaan berlebihan dapat merusak fungsi janin. Menurut penelitian Enny (2015), radiasi elektromagnetik dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat menimbulkan gejala seperti pusing, susah tidur, leukimia, dan kanker payudara. Dalam beberapa kasus, efek fisik seperti panik, tremor, berkeringat, sesak napas, peningkatan detak jantung, dan nyeri punggung dapat terjadi saat ponsel tidak dapat digunakan atau dimatikan (Kanmani et al., 2017). Kecanduan *smartphone* disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk faktor internal dari kepribadian individu, faktor sosial dari lingkungan, faktor situasional seperti stres, kesepian, kecemasan, kejenuhan, kesedihan, dan ketidaknyamanan, serta faktor eksternal dari luar diri (Yuwanto, 2010).

Kesepian sering kali menjadi faktor utama di balik kecanduan *smartphone*, khususnya di lingkungan perkotaan dimana orang cenderung merasa terisolasi. Remaja, yang sering bergantung pada gadget dan *smartphone*, diibaratkan oleh psikolog Inggris Steve Pope seperti

pecandu narkoba. Mereka merasa kesepian tanpa *smartphone* mereka. Studi oleh Ofcom menunjukkan bahwa mayoritas remaja usia 12-20 tahun di Inggris telah memiliki *smartphone* (Amalya et al., 2020). Penelitian Saputri menemukan bahwa sekitar 60% mahasiswa perantau mengalami kesepian tingkat tinggi. Leung menyarankan bahwa individu yang terisolasi cenderung lebih banyak menghabiskan waktu dengan *smartphone* untuk mengurangi rasa kesepian mereka. Bian dan Leung juga mengungkapkan bahwa kesepian dapat memicu interaksi berlebihan melalui *smartphone*. Kecanduan *smartphone* sering kali terjadi karena penggunaan *smartphone* untuk mengatasi rasa kesepian, seperti yang ditemukan dalam penelitian SecurEnvoy (2012). Mahasiswa perantau menghadapi tantangan adaptasi dan membangun hubungan baru di lingkungan baru, yang dapat memicu kesepian (Ridha, 2018; Dewi, 2016; Nejad et al., 2013; Hidayati, 2016).

Kesepian, atau loneliness, adalah respons emosional dan kognitif individu terhadap minimnya hubungan sosial yang tidak memenuhi harapan mereka, di mana individu merasa hampa dan tidak diinginkan. Kesepian dianggap sebagai kondisi mental, bukan fisik, dan bisa dirasakan bahkan di tengah keramaian atau di antara orang-orang terdekat (Katili et al., 2023; Angel, 2019). Bruno (2000) menyebutkan bahwa individu yang kesepian akan merasa terasing, ditolak, disalahpahami, tidak dicintai, dan cenderung malas membuka diri, serta merasa bosan dan gelisah. Akibatnya, mahasiswa mungkin menggunakan media sosial seperti Instagram untuk mencari jalur komunikasi alternatif dan mengatasi rasa kesepian mereka (Maheswari dan Dwiutami, 2013; Bonsaksen et al., 2021). Penelitian Susilawati Irham et al. (2022) menunjukkan bahwa kesepian membuat mahasiswa perantau menghabiskan lebih banyak waktu dengan *smartphone* mereka, yang dapat mengurangi interaksi sosial mereka. Penelitian MacDonald & Schermer (2021) menemukan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan terkait dengan peningkatan kesepian, sedangkan penggunaan aplikasi komunikasi terkait dengan penurunan kesepian. Penelitian Katili et al. (2023) juga menemukan hubungan positif

antara nomophobia dan kesepian, dengan sebagian besar responden mengalami tingkat kesepian tinggi. Akhirnya, penelitian Amalya (2020) menemukan hubungan signifikan antara kesepian dan kecanduan *smartphone* di kalangan mahasiswa.

Melalui studi pendahuluan, peneliti menemukan bahwa sebagian besar mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas menghabiskan waktu lebih dari lima jam per hari menggunakan *smartphone*, lebih banyak untuk media sosial daripada tujuan pendidikan. Hasil ini memotivasi peneliti untuk meneliti lebih lanjut tentang hubungan antara kesepian dan kecanduan *smartphone* di kalangan mahasiswa.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan kesepian dengan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kesepian dengan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat kecanduan *smartphone* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas
- b. Untuk mengetahui tingkat kesepian pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas
- c. Untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas

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 kesepian dengan kecanduan *smartphone* pada remaja.

2. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah dan membantu memperkaya pengetahuan mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dalam mengenali tanda-tanda kecanduan *smartphone* dan meningkatkan kesadaran terhadap bahaya ataupun dampak dari kecanduan *smartphone*.

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 kesepian dengan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

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