

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kecanduan *smartphone* menjadi penyebab masalah kesehatan yang sering ditemukan pada generasi muda. Secara global penggunaan *smartphone* terus mengalami peningkatan dan menjadi bagian yang melekat dalam kehidupan sehari-hari, namun menimbulkan ancaman masalah kecanduan pada pengguna (Achangwa *et al.*, 2023). Menurut *Pew Research Center* (2023) pengguna *smartphone* mencapai 6,8 miliar pada tahun 2023, jumlah ini meningkat 4,2% dari tahun sebelumnya. Populasi kelompok umur berusia 18 sampai 29 tahun merupakan pengguna dengan persentase paling tinggi sebesar 96% dari populasi pengguna *smartphone* di dunia.

Indonesia menempati posisi negara ke enam pengguna *smartphone* terbanyak di dunia tahun 2023 yaitu mencapai 73 juta populasi dengan pengguna terbanyak berada di Pulau Jawa yaitu 86,6%, kemudian disusul Pulau Sumatera sebanyak 84,14%. Sedangkan berdasarkan umur pengguna *smartphone* terbanyak pada rentang umur 20 tahun sampai 29 tahun sebanyak 75,95% (*Pew Research Center*, 2023).

Mahasiswa berada dalam kelompok usia yang paling banyak menggunakan *smartphone*. Kecanduan *smartphone* dikalangan mahasiswa ditemukan cukup tinggi. Mahasiswa keperawatan yang tumbuh dengan

dengan teknologi *smartphone* merupakan kelompok risiko potensial diantara kasus-kasus kecanduan yang diciptakan oleh era teknologi (Sönmez et al., 2021). Beberapa penelitian menunjukkan tingkat kecanduan *smartphone* pada mahasiswa keperawatan cukup tinggi dan bervariasi misalnya, penelitian di *Princess Nourah bint Abdulrahman University* yang melibatkan 712 mahasiswa keperawatan menemukan bahwa 21,8% mengalami kecanduan tinggi, sementara 72,7% mengalami kecanduan sedang (Alsaif et al., 2023). Penelitian di Benggala Barat India melaporkan bahwa 51,2% mahasiswa keperawatan tergolong tinggi, yang menunjukkan Tingkat kecanduan *smartphone* yang relatif tinggi (Chowdhury and Chakraborty 2017). Studi lain di Bandung Barat pada 206 mahasiswa keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santo Borromeus menemukan sebagian besar mahasiswa yaitu 69,8% mengalami kecanduan *smartphone* dengan kategori tinggi (Faridzi et al., 2022).

Kecanduan *smartphone* merupakan gangguan perilaku yang ditandai dengan penggunaan terus menerus dan tidak terkendali. Dibandingkan dengan kecanduan internet, *smartphone* jauh lebih membuat pengguna ketagihan, karena banyaknya aplikasi dan fitur yang tersedia. Salah satu tanda kecanduan *smartphone* ketika pengguna secara impulsif memeriksa *smartphone* dan merasa cemas jika tidak memiliki akses terhadap *smartphone* (Kao, 2023). Menurut Kwon et al (2013) individu yang mengalami kecanduan *smartphone* akan lebih banyak menghabiskan waktu dengan *smartphone*, melalaikan pekerjaan, sulit berkonsentrasi, selalu

memeriksa *smartphone*, selalu tidur disamping *smartphone*, tidur terlambat, tidak dapat berhenti menggunakan *smartphone*, menggunakan lebih dari lima jam dalam sehari dan sebagian besar untuk media sosial.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Irham *et al.*, (2022) di Universitas Negeri Makassar menunjukkan bahwa 54,3% mahasiswa merasa cemas ketika jauh dari *smartphone*, 80,2% mahasiswa selalu membawa *smartphone* kemanapun mereka pergi, 65,4% mahasiswa mengungkapkan bahwa mereka selalu memeriksa notifikasi dan 81,5% mahasiswa selalu mengusahakan *smartphone* agar aktif 24 jam.

Berdasarkan survey *Pew Research Center* tahun 2023 rata-rata waktu yang dihabiskan pengguna *smartphone* 5 sampai 6 jam dalam sehari dengan persentase 48% populasi didunia, dan disisi lain hanya 5% pengguna yang menghabiskan waktu kurang dari 1 jam dalam sehari. Sedangkan menurut penelitian Nunes *et al* (2021) Ditemukan bahwa 70,3% remaja yang mengalami kecanduan *smartphone* dengan penggunaan rata-rata lebih dari 5 jam dalam sehari dan lebih 8 jam pada akhir pekan.

Kecanduaan *smartphone* berdampak pada masalah kesehatan fisik termasuk kecelakaan dan kualitas tidur mahasiswa, selain itu kecanduan *smartphone* juga berdampak terhadap penurunan kesehatan psikologis dan mental seperti depresi dan kecemasan (Achangwa *et al.*, 2023). Sebagai tenaga kesehatan masa depan yang akan melayani individu dan masyarakat, penting bagi mahasiswa keperawatan untuk melakukan kebiasaan sehat dalam penggunaan *smartphone*, mahasiswa keperawatan hendaknya

memanfaatkan *smartphone* dan menghindari penggunaan yang berlebihan. Kecanduan *smartphone* di kalangan mahasiswa keperawatan berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental serta berpotensi berdampak pada pembelajaran di dalam kelas dan lingkungan klinis (Ramjan *et al.*, 2021).

Menurut penelitian Mosalanejad *et al.*, (2019) menunjukkan 97% mahasiswa Universitas Ilmu Kedokteran Jahrom Iran mengalami kecanduan *smartphone*, didapatkan 72% mahasiswa mengalami kesepian dan 63,2% mengalami stres menjadi faktor penyebab kecanduan *smartphone* pada mahasiswa.

Mahasiswa menggunakan *smartphone* secara lebih intensif untuk mengatasi permasalahan yang mereka hadapi dan perasaan kesepian yang muncul. Kehidupan baru di Universitas juga berarti perubahan hubungan dengan teman, keluarga, dan juga perubahan tempat tinggal. Meskipun memulai hidup baru di Universitas menyenangkan dan menawarkan peluang baru, hal ini juga dapat menimbulkan tantangan seperti sendirian di tempat baru dan memulai hidup dilingkungan baru tanpa banyak teman, yang dapat menyebabkan mahasiswa mengalami kesepian (Kao, 2023).

Kesepian muncul ketika seseorang mengalami perasaan kekurangan dalam pergaulan, merasa kurang dalam hubungan sosial, tidak terintegrasi secara sosial dengan orang lain. Peralihan mahasiswa ke Universitas memiliki beragam keterampilan sosial. Pengalaman kesepian di universitas menjadi dampak dari kurangnya hubungan sosial pada mahasiswa Berdasarkan penelitian Robert (2020) di Amerika Serikat didapatkan bahwa

mahasiswa yang memiliki hubungan sosial tinggi melaporkan tingkat kesepian yang rendah.

Individu yang kesepian menggunakan *smartphone* untuk meredakan suasana hati disforiknya atau mencari pengalihan untuk kebutuhan psikologisnya. Kesepian menstimulasi motivasi penggunaan *smartphone* karena dapat memberikan rasa kepuasan. Pada akhirnya, penggunaan yang sering, intensif dan berlebihan menyebabkan kecanduan tanpa disadari (Yue *et al.*, 2022). Meskipun *smartphone* digunakan sebagai metode mengatasi masalah, faktanya *smartphone* berdampak negatif pada komunikasi interpersonal tatap muka (Sönmez *et al.*, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Parashkouh *et al* (2021) di Iran menemukan sebanyak 77,6% remaja mengalami kecanduan *smartphone* dan 16,9% memperoleh skor tinggi mengalami kesepian. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rasa kesepian yang lebih besar meningkatkan penggunaan *smartphone*. Remaja yang mengalami kecanduan *smartphone* memiliki skor kesepian yang lebih tinggi dibandingkan yang tidak kecanduan *smartphone*. Penggunaan *smartphone* menjadi mekanisme pertahanan diri remaja untuk mengatasi kesepian yang dialami sehari-hari. Sedangkan menurut penelitian Li *et al.*, (2021) menunjukkan bahwa kesepian berkorelasi positif dengan kecanduan *smartphone*, penelitian ini menemukan bahwa kesepian dapat mempengaruhi keputusan mahasiswa menggunakan internet untuk bersenang-senang yang memperburuk tingkat kecanduan *smartphone*.

Mahasiswa memiliki kewajiban utama dalam bidang akademik dan urusan kampus untuk meningkatkan keahlian (Rizki 2018). Mahasiswa sering kali menghadapi permasalahan terutama dalam proses pendidikan selama diperguruan tinggi, mahasiswa dituntut dalam kemandirian belajar sehingga diharapkan memiliki kemampuan untuk siap secara mandiri (Astuti *et al.*, 2022). Tuntutan dalam proses kehidupan yang berlangsung lama dan tidak ada penyelesaiannya akan menimbulkan dampak terjadinya stres (Hatmanti & Septianingrum, 2019).

Stres yang paling sering dialami mahasiswa jurusan keperawatan adalah stres akademik. Stres akademik merupakan persepsi subjektif, menimbulkan respon fisik atau perilaku dan respon emosional dari mahasiswa akibat tuntutan akademik pada masa perkuliahan (Patricia *et al.*, 2023). Beban belajar yang dimiliki mahasiswa keperawatan yang cukup berat selain melakukan kegiatan akademik, mahasiswa keperawatan juga diharuskan mengikuti praktek klinik dan observasi setiap pergantian mata kuliah, pembuatan laporan hasil observasi, tugas kuliah yang diberikan dosen sehingga membuat mereka tentu harus menjaga keseimbangan dalam kehidupannya menuju pribadi yang dewasa (Rosyidah *et al.*, 2020). Sejalan dengan penelitian Suparto *et al* (2021) di Universitas Pendidikan Indonesia ditemukan 35,4% mahasiswa keperawatan mengalami stres akademik berat, 45,7% stres akademik sedang dan 18,9% stres akademik ringan.

Penggunaan *smartphone* yang dilakukan mahasiswa juga merupakan salah satu bentuk pengalihan stres yang muncul. Kekhawatiran akademis

merupakan sumber stres utama yang dialami mahasiswa. Stres akademik diakibatkan oleh tekanan sosial dan diri sendiri yang terus menerus selama perkuliahan. Stres juga diakibatkan karena faktor sistem pendidikan, tingginya harapan orangtua dan diri sendiri serta persaingan yang ketat antara teman sebaya. Penggunaan *smartphone* menjadi cara mahasiswa untuk menghilangkan stres, penggunaan yang dilakukan berulang kali dan terus menerus dalam waktu lama sehingga menyebabkan kecanduan *smartphone* (Achangwa *et al.*, 2023).

Kecanduan *smartphone* yang terjadi pada individu yang disebabkan oleh risiko penggunaan *smartphone* untuk mengatasi perasaan kekurangan dan memenuhi kebutuhan psikologis. Kecenderungan kecanduan *smartphone* semakin sering terjadi karena stres akademik. Berdasarkan penelitian Kim (2021) di Korea ditemukan 17,9% remaja mengalami kecanduan *smartphone* dengan penggunaan dilakukan untuk aktivitas rekreasi dan komunikasi untuk mengurangi stres akademik sementara. Sedangkan menurut Devita (2018) seseorang yang mengalami stres, secara alamiah akan berusaha untuk mengatasinya dengan menggunakan sejumlah perilaku tertentu, salah satunya adalah penggunaan *smartphone*, penggunaan *smartphone* yang dilakukan oleh mahasiswa merupakan salah satu bentuk dari pengalihan stres yang muncul, termasuk stressor yang berasal dari kehidupan akademik, dari hasil penelitian ini ditemukan adanya hubungan positif antara stres akademik dengan kecanduan *smartphone*.

Berdasarkan data statistik dari Kemendikbud (2023), jurusan keperawatan masuk ke dalam 10 jurusan di Universitas Andalas dengan peminat terbanyak pada tahun 2022. Hasil penelitian Dilla (2020) di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas yang melibatkan 87 mahasiswa keperawatan, menemukan 54% responden diantaranya mengalami kecanduan *smartphone*. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 08 Desember 2023 pada 12 mahasiswa S1 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas, didapatkan hasil rata-rata menggunakan *smartphone* lebih dari 7 jam dalam sehari sebanyak 9 orang dan 3 orang lainnya selama 5-6 jam. Ditemukan 9 orang diantaranya mengaku menggunakan *smartphone* lebih lama dari niat sebelumnya dan 7 orang merasa gelisah jika tidak menggunakan *smartphone* dan didapatkan 10 orang mahasiswa mengaku selalu memeriksa *smartphone* sehingga tidak melewatkan percakapan orang lain dalam aplikasi di *smartphone* (BBM, whatsapp, line, facebook, Instagram).

Berdasarkan hasil survey untuk kesepian pada studi pendahuluan ini didapatkan 7 orang sering merasa tidak dekat dengan orang lain, 5 orang selalu merasa tidak memiliki teman dekat. Ditemukan 4 orang kadang-kadang merasa tidak memiliki sahabat untuk bercerita, 2 jarang dan 1 orang tidak pernah. Selanjutnya 4 orang merasa bahwa ada orang-orang disekitarnya tetapi tidak bersamanya, 5 orang kadang-kadang, dan 3 orang jarang. Pada stres akademik ditemukan 10 orang diantaranya mengaku waktu ujian sangat menegangkan dan membuat stres, 6 orang merasa stres

karena harapan akademik yang tidak realistis dari orangtua, 8 orang merasa bahwa jumlah tugas terlalu banyak, dan 10 orang takut gagal dengan mata kuliah tahun ini.

Berdasarkan fenomena pada latar belakang diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui “Hubungan Kesenian dan Stres Akademik dengan Kecanduan *Smartphone* pada Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Andalas”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, yang menjadi rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada Hubungan Kesenian dan Stres Akademik dengan Kecanduan *Smartphone* pada Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Andalas?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis Hubungan Kesenian dan Stres Akademik dengan Kecanduan *Smartphone* pada Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Andalas.

2. Tujuan Khusus

a. Untuk mengetahui skor rata-rata kecanduan *smartphone* pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Andalas.

- b. Untuk mengetahui skor rata-rata kesepian pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Andalas.
- c. Untuk mengetahui skor rata-rata stres akademik pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Andalas.
- d. Untuk mengetahui hubungan, kekuatan, dan arah hubungan antara kesepian dengan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Andalas.
- e. Untuk mengetahui hubungan, kekuatan, dan arah hubungan antara stres akademik dengan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Andalas.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi pembaca mengenai hubungan kesepian dan stres akademik dengan kecanduan *smartphone*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian atau referensi dalam menganalisis permasalahan yang berkaitan dengan kesepian dan stres akademik terhadap kecanduan *smartphone* pada mahasiswa. Sehingga dapat menjadi pedoman dalam pemberian

asuhan keperawatan dan meningkatkan pengetahuan kesehatan melalui pendidikan kesehatan atau promosi kesehatan terkait penggunaan *smartphone* pada mahasiswa.

b. Bagi Dunia Pendidikan dan Tempat Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan untuk menurunkan tingkat kesepian, stress akademik dan kecanduan *smartphone* pada kalangan mahasiswa.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sarana dalam mengembangkan kemampuan dan menerapkan ilmu selama masa perkuliahan.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan sebagai penelitian selanjutnya dengan ruang lingkup yang sama atau mengubah variable dan tempat penelitian serta bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih dalam mengenai faktor-faktor yang menyebabkan kecanduan *smartphone* pada mahasiswa keperawatan.