

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kemajuan teknologi dan informasi telah dirasakan berbagai usia bukan hanya orang dewasa saja, anak-anak usia sekolah merasakan dan memanfaatkan kemudahan teknologi informasi tersebut. Dalam konteks global, remaja berusia 10-19 tahun mencakup lebih dari 10% dari total penduduk, dengan sekitar 1,3 miliar remaja atau 16% dari 7,9 miliar penduduk dunia pada tahun 2021 (UNICEF, 2023). Di Indonesia, remaja sekitar 16,47% dari total populasi berdasarkan Sensus Penduduk 2020 (SP2020). (Riyanti, Viky, *et al.*, 2021)

Survei oleh YouGov Waldersee (2019) dan CNN Indonesia menunjukkan prevalensi tinggi penggunaan *smartphone* di kalangan remaja. Di Inggris, 78% remaja berusia 18-24 tahun merasa aneh jika tidak menggunakan *smartphone* mereka bahkan hanya dalam satu hari, (Hesty U. *et al.*, 2023) Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2020 terdapat 33% remaja ketergantungan pada *smartphone*. Berdasarkan survey Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), provinsi Sumatera Barat merupakan pengguna *smartphone* terbanyak. (Wahyuni *et al.*, 2023)

Diantara beberapa SMA di kota Padang, SMA Negeri 9 Padang mengalami kecanduan *smartphone* yang tinggi didapatkan 44,2% remaja mengalami kecanduan *smartphone*, dimana 27,5% remaja menyatakan sulit berkontrasi di kelas saat mengerjakan tugas, 15,5% remaja kadang-kadang tidak dapat berhenti menggunakan *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari dan

16,3% remaja menggunakan *smartphone* lebih lama dari sebelumnya. (Fitri *et al.*, 2019)

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat menyebabkan penggunaanya menjadi kecanduan *smartphone* (*smartphone addiction*) dimana ketika seseorang menggunakan *smartphone* secara berlebihan dengan intensitas tinggi (Apriyeni *et al.*, 2023) dan salah satunya dapat menyebabkan kesehatan psikologi dari *smartphone addiction* yaitu ketakutan ketika tidak menggunakannya *smartphone* atau saat ini disebut sebagai *nomophobia* (Riyanti, Viky, *et al.*, 2021). Istilah *nomophobia* berdasarkan definisi yang dijelaskan dalam DSM-IV, yang telah diberi label sebagai "fobia terhadap hal-hal tertentu/spesifik" (Bhattacharya *et al.*, 2019)

Nomophobia muncul akibat penggunaan *smartphone* yang berlebihan dan kecanduan yang disebabkan oleh teknologi. *Nomophobia* didefinisikan sebagai ketakutan tanpa *smartphone* dan mencakup ketidaknyamanan, kegugupan, kecemasan, dan kesusahan ketika seseorang tidak mempunyai *smartphone*, hal ini diakui sebagai penyakit virtual masyarakat kontemporer dan digital. (Gunay Molu *et al.*, 2023)

Menurut Yildirim (2014) mengatakan remaja berusia 18-24 tahun mayoritas mengalami *nomophobia* sebanyak (77%). Teknologi yang terus berkembang sekarang ini. (Hafizah *et al.*, 2024) Hal tersebut dapat diartikan bahwa remaja mengalami *nomophobia* dalam kehidupan sehari-harinya. 23% siswa merasa tidak fokus dan menjadi stress ketika tidak bersama *smartphone* (Albertin *et al.*, 2019)

Nomophobia umumnya terjadi, terutama pada generasi muda, seiring dengan meningkatnya penggunaan teknologi di masyarakat. Fenomena ini tidak terbatas pada satu wilayah atau negara. Di India, penelitian menemukan bahwa hampir 40% siswa menunjukkan kecenderungan kuat terhadap *nomophobia* dengan sebagian besar berisiko tinggi mengalami kondisi ini (Kaur *et al.*, 2021) Dalam penelitian yang dilakukan oleh Widyastuti (2018) menunjukkan pada pelajar SMK di Indonesia, penggunaan *smartphone* memiliki berbagai kategori tingkat *nomophobia* yaitu tingkat *nomophobia* pada kategori berat 31%, dengan kategori sedang 35%, dan kategori rendah 24%, (Saputro *et al.*, 2023)

Penelitian terkait *nomophobia* di Aceh pada individu remaja, ditemukan bahwa 54,1% individu merasa cemas saat tidak dapat berkomunikasi melalui *smarphone*, 52,7% merasa cemas pada saat tidak keterhubungan melalui *smarphone*, 51,1% merasa tidak nyaman akibat tidak mendapatkan informasi melalui *smarphone*, dan 46,7% merasa tidak nyaman ketika tidak dapat meraih kemudahan dari *smarphone* (Maya *et al.*, 2022.) Dalam penelitian yang dilakukan Dwi (2019) pada remaja SMA di kota Padang menyatakan bahwa terdapat 6,8% mengalami *nomophobia* dengan kategori ringan, sebanyak 47,6% mengalami *nomophobia* dengan kategori sedang, dan 45,6% mengalami *nomophobia* dengan kategori berat. (Christina *et al.*, 2019)

Individu yang berdampak pada *nomophobia* menunjukkan gejala seperti menghabiskan banyak waktu bersama *smarphone*, merasa gugup dan cemas ketika tidak dapat menggunakan *smarphone*, tidak mematikan *smarphone* siang dan malam, dan lebih memilih komunikasi online dari pada komunikasi tatap

muka. Hal ini dapat menyebabkan rendahnya harga diri, kesepian dan ketidakbahagiaan, serta kecanduan yang kuat terhadap *smartphone* dan juga dapat mempengaruhi hubungan dan interaksi antar individu menurun sehingga menimbulkan masalah, seperti depresi, kecemasan, kemarahan, agresi, isolasi sosial, dan gangguan tidur. (Gunay Molu *et al.*, 2023) Menurut Nesibe (2023) terdapat kolerasi antara kepribadian dengan tingkat *nomophobia* (Gunay *et al.*, 2023) Menurut Carl Gustav Jung mengenai individu terfokus pada keberadaan totalitas kepribadian yang disebut sebagai *psyche*, yang menyatakan perhatian manusia memiliki dua arah, yakni keluar dirinya (*extrovert*), dan kedalam dirinya (*introvert*). (Fadilah *et al.*, 2023)

Kepribadian *introvert* dengan tingkat kepercayaan yang rendah sehingga tidak mampu mengungkapkan perasaannya secara tatap muka tetapi lebih suka mengungkapkannya di *smartphone*, orang dengan *nomophobia* lebih menyukai interaksi virtual dan menghindari interaksi sosial tatap muka. (Nurfaizah *et al.*, 2020.) Sedangkan untuk tipe kepribadian *ektrovert* memiliki ciri karakteristik *nomophobia* yaitu merasakan cemas dan gugup saat tidak didekat *smartphone*, membutuhkan lebih banyak sosial interaksi, yang melakukan berbagai aktivitas bersama teman-temannya maupun dalam sosial media (Hesty *et al.*, 2023)

Dalam penelitian Chintia (2021) kepribadian *ekstrovert* merupakan pribadi yang lebih cenderung mengalami *nomophobia*. Sedangkan Hesty (2023) kepribadian *introvert* terdapat hubungan positif dimana tergolong kategori sangat tinggi dengan persentase 78% (Hesty *et al.*, 2023) Menurut

Khafizzurrahman (2020) menemukan bahwa tidak terdapat hubungan antara kepribadian *introvert* dengan kecanduan *smartphone* di kalangan remaja (Khafizzurrahman *et al.*, 2020). Sedangkan Ciptadi dan Selviana (2020) memberikan hasil penelitian yang berbeda, dimana dia menyatakan bahwasanya kecenderungan *nomophobia* memiliki hubungan positif dengan kepribadian *ekstrovert* (Ciptadi *et al.*, 2020)

Hasil *study* pendahuluan yang telah dilakukan pada peneliti di SMA Negeri 9 kota Padang pada tanggal 12 febuari yang dilakukan pada 15 siswa, mengenai *nomophobia* pada remaja. Pada saat observasi terlihat bahwa rata-rata hampir semua siswa membawa dan menggunakan *smartphone* kesekolah. Kemudian pada saat wawancara didapatkan hasil bahwa 7 siswa memiliki *smartphone* dari tingkat SD dan 8 siswa memiliki *smarphone* dari tingkat SMP, dan untuk durasi penggunaan *smartphone* di SMAN 9 Padang sangat beragam dimana 6 orang siswa dapat menggunakan *smarphone* dalam sehari mencapai lebih dari 5 jam, dan 7 orang siswa mengatakan bisa menggunakan *smarphone* dalam sehari mencapai lebih dari 7 jam.

Sedangkan untuk mengenai kepribadian, dari 15 siswa memiliki kepribadian yang berbeda-beda, dimana 7 siswa SMA Negeri 9 Padang memiliki kecenderung bersikap diam diri didekat orang lain dan lebih nyaman sendiri ketimbang bertemu dengan orang banyak, dan 8 siswa SMA Negeri 9 Padang memiliki kepribadian yang mengatakan kurang senang ketika tidak dapat berkomunikasi dengan banyak orang.

Mengingat prevalensi dan dampak signifikan *nomophobia*, terutama di kalangan remaja yang juga merupakan fase kritis dalam pembentukan identitas dan kepribadian, menjadi penting untuk mengeksplorasi dan memahami lebih dalam hubungan antara kepribadian dan tingkat *nomophobia*. Penelitian ini dirancang untuk mengisi pengetahuan ini dengan fokus pada remaja di SMA Negeri 9 Padang, tempat studi pendahuluan telah menunjukkan kecenderungan tinggi terhadap *nomophobia* di kalangan siswa (Rahayu *et al.*, 2019). Dengan memahami dinamika ini, diharapkan dapat dikembangkan strategi intervensi yang efektif untuk mengatasi masalah psikososial yang timbul akibat interaksi yang berlebihan dengan teknologi di kalangan remaja.

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 kepribadian dengan *nomophobia* pada remaja di SMA Negeri 9 Padang ?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah disajikan, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterhubungan kepribadian dengan tingkat *nomophobia* pada remaja di SMA Negeri 9 Padang.

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi hubungan kepribadian dengan tingkat *nomophobia* pada remaja di SMA Negeri 9 Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi kepribadian siswa di SMA Negeri 9 Padang.
- b. Untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi siswa terhadap *nomophobia* remaja di SMA Negeri 9 Padang.
- c. Untuk menganalisis hubungan kepribadian dengan tingkat *nomophobia* pada remaja di SMA Negeri 9 Padang.

D. Manfaat Penelitian

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

1. Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi perkembangan ilmu pengetahuan keperawatan mengenai kepribadian dan tingkat *nomophobia* pada kalangan remaja.

2. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai masukan untuk pihak sekolah dalam melakukan pengawasan terhadap siswa untuk meminimalisir terjadinya tingkat *nomophobia* dan sebagai pengawasan kepribadian pada remaja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadikan acuan dan pengembangan penelitian mengenai hubungan kepribadian dengan tingkat *nomophobia*.