

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan mental menjadi salah satu isu penting dalam bidang kesehatan global saat ini. Perubahan sosial yang pesat akibat perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi sering kali menimbulkan tantangan psikologis, khususnya bagi individu yang kesulitan beradaptasi dengan kondisi tersebut.

Kesehatan mental mencerminkan kondisi sejahtera secara psikologis, di mana seseorang mampu menghadapi tekanan hidup, menyadari potensi dirinya, bekerja secara produktif, serta berkontribusi dalam komunitasnya. WHO (2022) menegaskan bahwa kesehatan mental adalah hak asasi manusia yang esensial dalam pembangunan pribadi, sosial, dan ekonomi masyarakat.

Perhatian terhadap isu ini tidak hanya bersifat global, tetapi juga sangat relevan bagi kelompok remaja sebagai generasi penerus. Kesehatan mental remaja memiliki dampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia suatu negara. Beberapa faktor yang diketahui memengaruhi kondisi mental remaja antara lain paparan stres, kemampuan adaptasi sosial, dan pencarian identitas diri (WHO, 2021). Selain itu, banyak penelitian yang

menunjukkan bahwa penggunaan smartphone secara berlebihan juga berpengaruh terhadap kondisi mental remaja (Jumrianti, 2018; Saniatuzzulfa & Nugroho, 2019; Yanti, 2021).

Penelitian di SMP Negeri 44 Bandung oleh Putri Amalya et al. (2019) menunjukkan bahwa 21,9% remaja usia 13–14 tahun mengalami gangguan kesehatan mental berdasarkan instrumen SDQ. Sementara itu, Risma Juliani & Sri Mei Wulandari (2022) melaporkan bahwa 29% remaja usia 13–15 tahun di SMP Negeri 29 Bandung memiliki skor SDQ dalam kategori abnormal, dan 48% mengalami tingkat kecanduan smartphone yang tinggi. Durasi penggunaan smartphone yang melebihi dua jam sehari dikaitkan dengan gangguan fungsi otak (Przybylski & Weinstein, 2017), dan penelitian Mega Kumala et al. (2019) menemukan bahwa 72,1% remaja menggunakan smartphone lebih dari 2 jam per hari.

Di Provinsi Sumatera Barat, data Kemenkes RI (2018) mencatat 13,01% penduduk usia ≥ 15 tahun mengalami gangguan mental emosional. Laporan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat (2021) juga mengindikasikan adanya gangguan kecemasan (138 kasus), depresi (489 kasus), insomnia (61 kasus), dan gangguan somatoform (40 kasus) pada kelompok usia ≥ 12 tahun.

Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kondisi mental remaja meliputi pola asuh, konflik dalam keluarga, perubahan sosial, serta penggunaan media digital secara intensif (Bor et al., 2014). Studi Reza et al. (2022) menyebutkan bahwa pola asuh dan lingkungan sosial berpengaruh signifikan terhadap kondisi mental remaja. Lei et al. (2020) juga menemukan adanya hubungan bermakna antara kecanduan smartphone dan gangguan mental.

Laporan WHO (Poznyak, 2018) menyatakan bahwa di Korea Selatan, 17,9% dari 1,63 juta remaja mengalami kecanduan smartphone dan sebagian besar memerlukan intervensi medis. Di Indonesia, RS Jiwa Dr. Soeharto Herdjan Jakarta merawat 48 anak dan remaja akibat dampak kecanduan smartphone (Selviani, 2019).

Kecanduan smartphone berakar dari kecanduan internet, tetapi memiliki karakteristik berbeda, seperti penggunaan yang berlebihan terhadap aplikasi tertentu yang tersedia dalam perangkat. Dampaknya tidak hanya fisik (misalnya nyeri mata dan leher), tetapi juga menyangkut aspek psikologis dan perilaku (Chen et al., 2016).

Saat ini, smartphone digunakan dalam berbagai aktivitas: pembelajaran, belanja, pertemuan daring, media sosial, hingga transaksi keuangan

(Rahayuningrum, 2019). Menurut Stockapp (2021), pengguna smartphone global mencapai lebih dari 5 miliar orang.

Data BPS (2023) menunjukkan bahwa 67,29% penduduk Indonesia menggunakan smartphone, dengan angka di Sumatera Barat sebesar 67,42% dan Kota Padang sebesar 89,30%. Penggunaan smartphone yang meluas bahkan telah menjangkau anak-anak sejak usia dini, dengan 88,99% anak usia 5 tahun ke atas menggunakannya untuk mengakses media sosial.

Jika digunakan secara edukatif, smartphone bisa menjadi alat pengembangan kreativitas anak (Jarot, 2015). Namun, tanpa pengawasan, dapat berdampak negatif seperti penurunan rasa percaya diri, kesepian, dan gangguan emosional (Zubaidah, 2018; Sari, 2016).

Berdasarkan studi pendahuluan di SMP Negeri 23 Padang terhadap 10 siswa, ditemukan bahwa sebagian besar mengalami gejala emosional seperti sulit mengontrol amarah, sakit kepala, dan sulit berkonsentrasi. Selain itu, siswa juga melaporkan kesulitan menyelesaikan tugas karena terdistraksi oleh smartphone, serta mengalami gejala adiksi terhadap perangkat tersebut.

Fakta-fakta tersebut mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kecanduan Smartphone dengan Masalah Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 23 Padang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu: “Apakah ada hubungan kecanduan smartphone dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 23 Padang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini adalah diketahuinya hubungan kecanduan smartphone dengan masalah kesehatan mental remaja di SMP Negeri 23 Padang

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui gambaran kecanduan smartphone pada remaja di SMP Negeri 23 Padang
- b. Diketahui gambaran kesehatan mental pada remaja di SMP Negeri 23 Padang
- c. Diketahui hubungan kecanduan smartphone dengan masalah kesehatan mental pada remaja di SMP Negeri 23 Padang

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pelayanan Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan program pelayanan kesehatan mental remaja terkait dengan kecanduan smarphone.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi atau tinjauan pustaka dalam hubungan kecanduan smarphone dengan kesehatan mental remaja.

3. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar dalam membuat aturan atau kebijakan penggunaan smarphone dengan kesehatan mental remaja.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan literature review peneliti dalam melakukan penelitian terkait hubungan kecanduan smarphone dengan kesehatan mental remaja.

