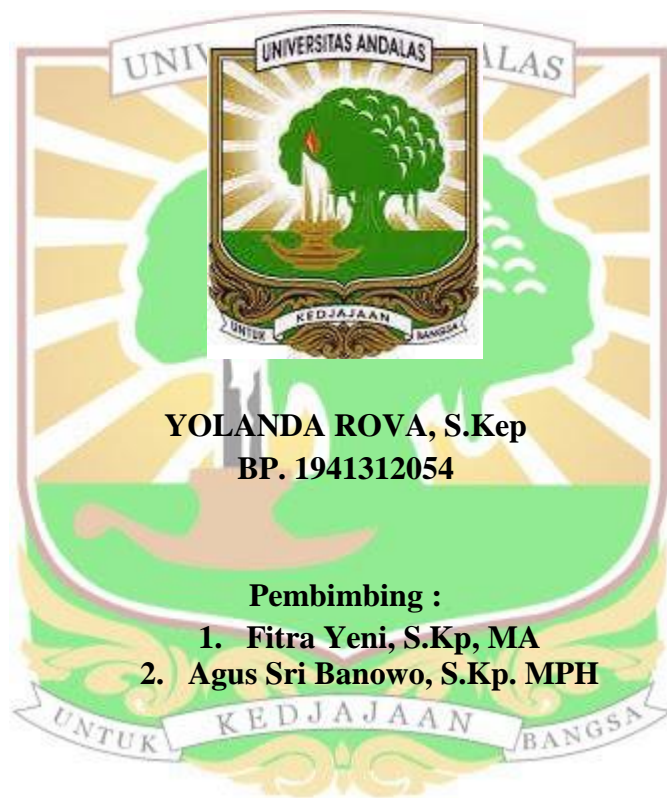


KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN KOMUNITAS DENGAN TEKNIK *SELF
MANAGEMENT* DALAM UPAYA MENURUNKAN *NOMOPHOBIA*
KECANDUAN SMARTPHONE PADA SISWA MAN 1
PADANG PANJANG TAHUN 2021**

Peminatan Keperawatan Komunitas



**YOLANDA ROVA, S.Kep
BP. 1941312054**

Pembimbing :

- 1. Fitra Yeni, S.Kp, MA**
- 2. Agus Sri Banowo, S.Kp. MPH**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2021**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
MARET 2021**

**Nama : YOLANDA ROVA
BP : 1941312054**

**Asuhan Keperawatan Komunitas dengan Teknik *Self Management* dalam
Upaya Menurunkan *Nomophobia* Kecanduan Smartphone pada Siswa MAN 1**

Padang Panjang Tahun 2021

ABSTRAK

Pada era globalisasi, perkembangan teknologi sangat pesat khususnya perkembangan teknologi informasi dan komunikasi. Salah satu bukti dari perkembangan tersebut yaitu adanya smartphone. Smartphone Addiction menjadi perhatian kesehatan dunia (WHO), kasus smartphone addiction meningkat setiap tahunnya terutama pada remaja. Smartphone addiction yang tidak ditangani akan mempengaruhi kesehatan remaja baik fisik maupun psikologis. Individu dengan kecanduan smartphone cenderung mengalami kecemasan. Kecemasan saat berjauhan dengan smartphone mengacu pada *nomophobia*. Salah satu upaya yang dapat untuk mengurangi *nomophobia* yaitu dengan teknik *self management*. Tujuan dari intervensi asuhan keperawatan ini adalah menggambarkan pelaksanaan asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap siswa MAN 1 Padang Panjang dalam upaya pengurangan *nomophobia* terhadap kecanduan smartphone. Teknik ini diikuti oleh 10 orang siswa. Hasil kuesioner post-test menunjukkan penurunan tingkat *nomophobia* terhadap kecanduan smartphone setelah diberikan implementasi. Tingkat kecemasan sedang menurun dari 80% menjadi 70% serta kecemasan ringan 30%. Diharapkan kepada pihak sekolah untuk dapat meningkatkan pengawasan dan guru Bimbingan Konseling (BK) dapat melanjutkan pemberian teknik ini bagi siswa yang mengalami *nomophobia* terhadap kecanduan smartphone dalam upaya penurunan tingkat *nomophobia* terhadap kecanduan smartphone di MAN 1 Padang Panjang.

Kata Kunci : Siswa, *Nomophobia*, Kecanduan Smartphone, *Self Manageme*

Daftar Pustaka: 176 (2000-2020)

**NERS PROFESSION STUDY PROGRAM
FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
MARCH 2021**

**Name: YOLANDA ROVA
BP: 1941312054**

**Community Nursing Care with Techniques *Self Management* in an Effort to
Reduce *Nomophobia* Smartphone Addiction in Students MAN 1 Padang
Panjang in 2021**

ABSTRACT

In the era of globalization, technological developments are very rapid, especially technological developments information and communication. One proof of this development is the existence of smartphones. Smartphone Addiction is a world health concern (WHO), the case of smartphone addiction is increasing every year, especially in adolescents. Untreated smartphone addiction will affect adolescent health both physically and psychologically. Individuals with smartphone addiction tend to experience anxiety. Anxiety when away from a smartphone refers to nomophobia. One of the efforts to reduce nomophobia is self-management techniques. The purpose of this nursing care intervention is to describe the implementation of comprehensive nursing care for students of MAN 1 Padang Panjang in an effort to reduce nomophobia to smartphone addiction. This technique was followed by 10 students. The results of the post-test questionnaire showed a decrease in the level of nomophobia towards smartphone addiction after being given the implementation. Moderate anxiety level decreased from 80% to 70% and mild anxiety 30%. It is hoped that the school can increase supervision and the Counseling Guidance (BK) teacher can continue providing this technique for students who experience nomophobia to smartphone addiction in an effort to reduce the level of nomophobia to smartphone addiction in MAN 1 Padang Panjang.

Keywords: Students, Nomophobia, Smartphone Addiction, Self Management

Bibliography: 176 (2000-2020)