

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pengguna teknologi mengadopsi perilaku baru karena banyaknya keuntungan yang diberikannya (Syakura & Elcha, 2023). Perkembangan teknologi dan komunikasi pada saat ini memiliki kecenderungan kearah perkembangan dan penerapan teknologi sebagai sumber informasi, alat komunikasi, dan sebagai sumber hiburan. Teknologi untuk informasi dan komunikasi yang mengalami perubahan yang sangat pesat menimbulkan banyak inovasi produk unggulan, termasuk program aplikasi berbasis internet dan android, yang memfasilitasi komunikasi dan pengumpulan informasi antar pengguna. Item teknologi komunikasi yang paling sering dimanfaatkan oleh komunitas umum, termasuk pelajar atau mahasiswa adalah telepon pintar (*smartphone*) (Mawarpury et al., 2020). Menurut Yunita penggunaan ponsel pintar bukanlah barang baru bagi remaja khususnya mahasiswa. Dari ponsel pintar, mahasiswa dapat menggunakan internet, bermain game, mengakses media sosial, dan melihat video (Yunita et al., 2021). Indonesia menempati peringkat keempat di dunia, setelah Tiongkok, India, dan Amerika Serikat, untuk penggunaan ponsel cerdas dan internet per 30 Juni 2019, menurut Statistik Internet (*Internet World Stats, 2019*).

Total keseluruhan penggunaan ponsel pintar meningkat setiap tahun, termasuk di Indonesia, pada tahun 2019 jumlahnya mencapai 76,64 juta, dan pada tahun 2020 meningkat menjadi 81,87 juta serta diperkirakan terus meningkat pada tahun 2022 sejumlah 89,86 juta (Kesmas et al., 2022).

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia melakukan jajak pendapat, dan temuannya menunjukkan bahwa pada tahun 2022–2023, terdapat 215,63 juta pengguna internet di Indonesia secara keseluruhan. Jumlah ini tumbuh 2,67% dibandingkan kuartal sebelumnya yang memiliki 210,03 juta pengguna internet di Indonesia, atau 78,19% dari 275,77 juta penduduk yang tinggal di negara ini. Berdasarkan provinsi, Banten memiliki persentase pengguna internet terbesar (89,10%), disusul DKI Jakarta (86,96%). Provinsi lain memiliki persentase pengguna internet yang lebih rendah. Selain itu, wilayah yang tercatat adalah: Jawa Timur 81,26%, Jawa Barat 82,73%, Kepulauan Bangka Belitung 82,66%, Bali 80,88%, Jambi 80,48%, dan Sumatera Barat 80,31%. Dengan penggunaan ponsel pintar dan internet sebesar 81,26%, Provinsi Jawa Timur berada di peringkat kelima.

Pengaruh positif dari pemakaian ponsel pintar antara lain meningkatkan keterampilan motorik dan kognitif, hiburan, pembelajaran, dan juga peningkatan kompetensi dapat ditingkatkan melalui penggunaan ponsel pintar (Sugito et al., 2022). Selain memberikan manfaat positif, ponsel pintar juga memiliki beberapa dampak negatif, salah satunya yang sering dirasakan oleh mahasiswa adalah masalah kecanduan.

Menurut Huriah dan Rini (2020) kecanduan merupakan salah satu jenis konsekuensi negatif psikologis yang disebabkan oleh ponsel pintar (Kusuma Rini & Huriah, 2020). Ini sesuai dengan temuan dari penelitian yang dilakukan oleh Yunita (2021) bahwa ponsel pintar dapat memberikan pengaruh buruk apabila dipakai secara tidak benar. Salah satu dampak negatif menggunakan ponsel pintar dengan intensitas penggunaan yang lama akan

menimbulkan dampak kecanduan bagi penggunanya (Yunita et al., 2021). Mahasiswa yang kecanduan ponsel pintar tidak dapat mengendalikan dirinya dengan baik sehingga berdampak pada kehidupan sehari-harinya, terutama aktivitas belajarnya di rumah dan diperkuliahan. Jika hal tersebut dilakukan secara terus-menerus tanpa adanya kesadaran untuk berubah, maka itu akan menjadi kebiasaan (perilaku buruk) (Lestari & Sulian, 2020).

Kecanduan ponsel pintar adalah salah satu cara pemakaian ponsel pintar dengan penggunaan yang berlebihan yang terlibat memahami secara menyeluruh tentang sesuatu yang menjadi ketergantungan, sehingga menimbulkan kehilangan kendali diri dan timbulnya kegelisahan psikologis (Cho et al., 2017). Gangguan kecemasan merupakan sekelompok gejala yang ditandai dengan perasaan cemas, takut, dan cemas yang terjadi secara terus-menerus (Sugito et al., 2022). Gejala berkisar dari ringan, sedang hingga berat dan dapat mempengaruhi kualitas hidup sehari-hari (Ayandele et al., 2020). Rata-rata pengguna ponsel pintar mungkin mengalami tingkat kecemasan tertentu karena adanya kewajiban untuk terus berhubungan dengan pengguna lain (Wan Ismail et al., 2020). Sebuah tinjauan sistematis menemukan bahwa depresi dan tingkat kecemasan berhubungan langsung dengan kecanduan ponsel pintar, dan penelitian sebelumnya pada mahasiswa menunjukkan hasil yang serupa (Desouky & Abu-Zaid, 2020). Penelitian lain yang menginvestigasi mengenai korelasi antara kecemasan dan kecanduan ponsel pintar juga mengevaluasi kecemasan dari perspektif yang berbeda, di mana kecemasan tidak hanya disebabkan oleh ketergantungan pada teknologi tersebut atau kecanduan tetapi juga menjadi salah satu faktor potensi risiko

kecanduan ponsel pintar (Amalia & Hamid, 2020). Sejumlah masalah kejiwaan telah diidentifikasi berhubungan dengan penggunaan ponsel pintar yang berlebihan, termasuk gejala seperti depresi, kecemasan, dan rendahnya harga diri. Studi telah mengindikasikan bahwa remaja dengan ekspektasi dan tuntutan yang lebih tinggi dari orang tua dan guru mereka mengalami tingkat stres yang lebih tinggi, gejala kecemasan yang lebih serius, dan tingkat kecanduan ponsel pintar yang lebih parah (Kim et al., 2019).

Temuan dari penelitian Fransiska tentang Hubungan Kecanduan Ponsel pintar dengan Tingkat Kecemasan Akademik diantara Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura didapatkan hasil dari jumlah total sampel 92 mahasiswa terdapat 42 mahasiswa mengalami tingkat kecanduan ponsel pintar tinggi, dan terdapat 50 mahasiswa menunjukkan tingkat kecemasan akademik yang sedang. Studi ini mengindikasikan adanya korelasi positif antara kecanduan ponsel pintar dan tingkat kecemasan akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran. Tingkat korelasi antara kecanduan ponsel pintar dan kecemasan akademik pada mahasiswa ini dikategorikan sebagai sedang. Selain itu, nilai korelasi menunjukkan bahwa semakin meningkatnya tingkat kecanduan ponsel pintar pada mahasiswa Fakultas (Fransiska et al., 2023). Hal ini konsisten berdasarkan temuan dari studi yang dilakukan oleh Thomas tentang Korelasi antara Kecemasan dan Kecanduan Ponsel pintar diantara Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Sam Ratulangi Manado didapatkan hasil dari jumlah total sampel 160 mahasiswa terdapat 43 mahasiswa mengalami tingkat kecemasan yang moderat, dan terdapat 117 mahasiswa memiliki derajat kecanduan ponsel pintar tinggi. Pada penelitian

ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi signifikan antara tingkat kecemasan dan adiksi ponsel pintar di kalangan mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado, yang menunjukkan bahwa kecemasan mempengaruhi adiksi ponsel pintar, terutama di antara mahasiswa. (Thomas et al., 2019). Studi awal peneliti pada Desember 2023 menunjukkan, data sepuluh siswa yang menggunakan ponsel lebih dari lima jam sehari memiliki dampak yang beragam. Dua siswa menyebutkan bahwa mereka merasa gugup ketika baterai ponsel cerdas mereka habis, dan dua siswa lainnya mengatakan bahwa mereka selalu membawa pengisi daya ke mana pun mereka pergi jika baterai ponsel cerdas mereka habis. Tiga siswa mengungkapkan perasaan gugup dan gelisah jika meninggalkan atau melupakan ponsel pintarnya saat bepergian. Namun, tiga siswa lainnya mengalami rasa cemas dan khawatir ketika tidak dapat mengakses pesan atau notifikasi ponsel pintarnya.

Menurut peneliti upaya dalam menunjukkan adanya penemuan baru (*novelty*) anantara peneliti saat ini dengan peneliti sebelumnya, maka peneliti berusaha untuk membandingkan metode penelitian, pendekatan, populasi, dan instrument yang digunakan. Untuk mengatasi tantangan tersebut, Masalah ini memiliki beberapa kemungkinan solusi yang mungkin bisa digunakan. Pertama, meminimalkan penggunaan ponsel pintar dan melakukan aktivitas seperti membaca, berolahraga, menggambar, dan memainkan alat musik yang tidak memerlukan ponsel. Selain aktif mengikuti acara-acara sekolah, mahasiswa juga dapat mengikuti kegiatan organisasi di luar kampus atau dalam kampus yang membantu mengembangkan bakatnya, seperti kelompok

belajar, Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) di kampus, mendirikan rumah ibadah, dan partisipasi masyarakat. Kajian tentang “Hubungan Kecanduan Ponsel Pintar dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember” tengah menjadi pertimbangan peneliti akibat dari fenomena tersebut.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Kecanduan ponsel pintar adalah kebiasaan yang terkait dengan penggunaan ponsel pintar secara berlebihan yang dapat menyebabkan seseorang mengalami masalah sosial termasuk pelepasan sosial, kesulitan menjalani kehidupan sehari-hari, atau kesulitan mengendalikan dorongan hati. Salah satu dampak negatif dari kecanduan ponsel pintar ini adalah kecemasan, kecemasan terjadi karena dua faktor, yaitu faktor yang mempengaruhi sebelumnya dan faktor pemicu.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana tingkat kecanduan ponsel pintar pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember?
- b. Bagaimana tingkat kecemasan pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember?
- c. Adakah hubungan antara kecanduan ponsel pintar dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara kecanduan ponsel pintar dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember yang terdaftar di Fakultas Ilmu Kesehatan.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui prevalensi kecanduan ponsel pintar pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
- b. Untuk mengetahui derajat kecemasan yang dialami mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember Fakultas Ilmu Kesehatan.
- c. Untuk mengetahui hubungan kecanduan ponsel pintar dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember yang terdaftar di Fakultas Ilmu Kesehatan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan pengetahuan mengenai hubungan antara kecanduan ponsel pintar dan kecemasan serta dapat memberikan kontribusi tambahan pada literatur ilmu keperawatan.

2. Manfaat Praktis

Dapat dimanfaatkan untuk menambah meningkatkan pemahaman, menambah pengalaman, dan memperluas pengetahuan saat menjalani kegiatan pendidikan.

3. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Studi ini bisa digunakan sebagai sarana masukan informasi dan pemahaman mengenai kecanduan ponsel pintar dan tingkat kecemasan khususnya pelayanan kesehatan jiwa untuk pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi dan keperawatan.

