

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan teknologi dan ilmu pengetahuan yang sangat pesat pada era sekarang ini membuat kebutuhan untuk berkomunikasi dan memperoleh informasi secara cepat dan mudah juga semakin meningkat. Ponsel atau telepon genggam merupakan alat komunikasi yang paling populer dan sudah menjadi kebutuhan bagi masyarakat. Banyak penemuan-penemuan baru dalam perkembangan ponsel yang diciptakan untuk memudahkan pekerjaan manusia.

Smartphone atau ponsel pintar adalah sebuah ponsel yang memiliki fungsi seperti komputer, biasanya memiliki tampilan layar sentuh, dilengkapi dengan akses internet dan sistem operasi yang mampu menjalankan aplikasi.¹ *Smartphone* memungkinkan pengguna untuk melakukan komunikasi via suara atau teks, menjalankan fungsi seperti *Personal Digital Assistant (PDA)*, mengakses email, internet dan *Global Positioning System (GPS)*, menampilkan dan mengedit dokumen dan data serta mengakses internet dengan Wi-Fi. Selain memiliki fungsi layaknya ponsel biasa seperti Mp3 player, video dan kamera, *smartphone* juga memiliki fitur aplikasi tambahan yang dapat diinstal dan dijalankan sesuai keinginan pengguna.² Perkembangan kebutuhan telekomunikasi membuat angka pengguna *smartphone* juga kian

meningkat. Survey yang dilakukan oleh Pew Research Center pada April 2015 menyebutkan bahwa pengguna *smartphone* di Amerika Serikat mencapai 64% dari jumlah penduduk. Jumlah ini naik 29% dari tahun 2011 yang hanya mencapai 35% pengguna.³ Survey lain yang dilakukan oleh Rapid Value Solutions yang dipublikasikan pada Desember 2014 menyatakan bahwa Indonesia berada di peringkat pertama daftar pengguna *smartphone* terbesar di Asia Tenggara dengan jumlah pengguna mencapai 57,5 juta.⁴

Teknologi komunikasi memiliki banyak efek positif dan beberapa efek negatif. Penggunaan secara terus-menerus dan kecanduan ponsel mempengaruhi orang secara psikologis dan sosial. Penggunaan ponsel yang berlebihan telah ditemukan terkait dengan masalah kesehatan seperti konsentrasi terganggu, sakit kepala, pusing, kelelahan, sensasi *thermal* di dalam dan sekitar telinga, dermatitis wajah, stres, gangguan tidur karena penggunaan malam hari, dan frustrasi.⁵ Penggunaan ponsel menunjukkan banyak efek merusak, misalnya penggunaan ponsel selama kuliah menyebabkan gangguan di kelas mempengaruhi kinerja akademik mahasiswa, kecelakaan saat menyetir,⁶ Tuntutan kecanduan *smartphone* dapat menyebabkan stres emosional. Pengguna *smartphone* cenderung terus-menerus berpikir tentang ponsel mereka ketika mereka tidak menggunakannya atau terus memeriksa ponsel mereka untuk melihat panggilan tidak terjawab atau pesan.⁷ Kecanduan *smartphone* dapat dijelaskan oleh fakta bahwa penggunaan *smartphone* menjadi menarik. Ada saja perilaku yang memberikan kepuasan, banyak dari mereka tidak tahu ada efek kesehatan yang

kurang baik pada penggunaan *smartphone*, sehingga dengan sangat cepat *smartphone* mendapatkan popularitas terutama di kalangan anak muda.

Sebuah studi menyatakan bahwa 60 persen mahasiswa Amerika Serikat mengakui bahwa mereka mungkin kecanduan ponsel.⁸ Studi lain yang dilakukan oleh *International Data Cooperation (ICD)* menyatakan bahwa 4 dari 5 orang memeriksa *smartphone* sebelum memulai aktivitas dan hampir 80% pengguna memeriksa *smartphone* pada 15 menit pertama setelah bangun tidur, serta 70% responden berusia 18-24 tahun banyak menghabiskan waktu dengan menggunakan *smartphone* baik untuk sekedar main games, dan mengecek jejaring sosial agar selalu terhubung dengan pengguna lainnya. Hal ini memicu terjadinya ketergantungan *smartphone* pada hampir seluruh pengguna *smartphone*.⁹

Pengguna *smartphone* kecanduan apabila terdapat ciri-ciri seperti , individu sibuk dengan perilaku tertentu (penggunaan *smartphone*); perilaku digunakan untuk melarikan diri dari kenyataan atau menciptakan perasaan euphoria; perilaku dilakukan secara terus-menerus dengan toleransi yg meningkat; gejala penarikan terjadi (merasa cemas, depresi, atau mudah tersinggung) sebagai konsekuensi dari perilaku yang terus menerus; masalah interpersonal terjadi dan pengguna *smartphone* cenderung untuk menentang keinginan orang lain¹⁰

Dua dari tiga pengguna ponsel di Inggris mengalami *Nomophobia (no mobile phone phobia)*, yakni merasa cemas dan takut jika tidak menggunakan ponsel, baik karena kehabisan baterai, kehabisan pulsa, atau tidak ada sinyal.

Penelitian tentang kecanduan *smartphone* yang berfokus pada generasi muda pernah dilakukan oleh Universitas Maryland dengan melibatkan 1000 pelajar di seluruh dunia. Para peserta diminta untuk tidak mengakses media selama 24 jam. Hasil dari penelitian tersebut didapatkan bahwa 50% peserta tidak dapat melalui 24 jam pertama karena merasa cemas dan terkucilkan hidup tanpa *smartphone*.⁹ Hal ini membuktikan penggunaan *smartphone* memiliki pengaruh terhadap kualitas hidup¹¹ dan kesehatan psikologis seperti kecemasan^{12,13}

Kecemasan adalah pengalaman efektif yang tidak menyenangkan disertai perilaku menghindar terhadap suatu peristiwa¹⁴. Hyman dan Pedrick mendefinisikan gejala kecemasan sebagai (1) gejala fisik yaitu perubahan frekuensi jantung, mual, muntah, ketegangan otot, berkeringat, dan napas cepat; (2) gejala psikologis yaitu khawatir, bingung, ketakutan, ketidakmampuan mengatasi masalah, dan penurunan tingkat konsentrasi; (3) gejala *behavioural* yaitu perubahan perilaku, perilaku menghindar¹⁵.

Studi terdahulu dilakukan penelitian mengenai kecanduan penggunaan *smartphone* dan kualitas tidur pada mahasiswa. Belum ada studi yang meneliti terkait ketergantungan *smartphone* terhadap kecemasan pada mahasiswa. Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang “Hubungan Ketergantungan *Smartphone* terhadap Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro” untuk mengetahui hubungan penggunaan *smartphone* dengan

tingkat kecemasan mahasiswa angkatan 2014 Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan ketergantungan *smartphone* dengan kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui adakah hubungan ketergantungan *smartphone* terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa.

1.3.2 Tujuan Khusus

Penelitian pada mahasiswa (angkatan 2014) Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro sebagai subjek penelitian memiliki tujuan khusus sebagai berikut :

- (1) Mengetahui tingkat ketergantungan *smartphone*
- (2) Mengetahui tingkat kecemasan

1.4 Manfaat Penelitian

- (1) Penelitian ini diharapkan dapat membuka wawasan dan menambah pengetahuan di bidang psikiatri
- (2) Menambah pengetahuan masyarakat mengenai ketergantungan *smartphone* dengan tingkat kecemasan

- (3) Memberikan informasi tentang gambaran kecemasan pada mahasiswa khususnya angkatan 2014 Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
- (4) Sumber informasi untuk penelitian selanjutnya

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Peneliti	Tempat /Tahun	Judul	Keterangan	Kesimpulan
Bethany McCord, Thomas L. Rodebaugh, Cheri A. Levinson ¹⁶	St. Louis, Amerika Serikat/ 2014	Facebook : Social uses and anxiety	Jumlah sampel : 216 Variabel terikat Tingkat kecemasan saat menggunakan Facebook dan tingkat kecemasan social Variabel bebas : Intensitas penggunaan Facebook Desain : Analitik observasional Instrumen : Facebook <i>Questionnaire(FBQ)</i> , <i>Social Interaction Anxiety Scale</i> and <i>Social Phobia Scale (F-SIAS)</i>	-Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan sosial dengan intensitas penggunaan Facebook -Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan, saat menggunakan Facebook dengan intensitas penggunaan Facebook

Ashley M. Shaw, Kiara R. Timpano, Tanya B. Tran, Jutta Joorman ¹⁷	Amerika Serikat/ 2015	Correlates of Facebook usage patterns : The relationship between passive Facebook use, social anxiety symptoms , and brooding	Jumlah sampel : 75 orang Variabel terikat : Tingkat kecemasan, tingkat social, tingkat depresi, dan tingkat <i>brooding</i> Variabel bebas : intensitas penggunaan Facebook Desain : analitik observasional Instrumen : <i>Social Phobia Scale (SPS), Facebook Activity Measure(FAME), Ruminative Response Scale (RRS), Center for Epidemiological Studies-Depression Scale(CES-D), dan Mood and Anxiety Symptom Questionnaire-Short Form(MASQ)</i>	-Terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan Facebook aktif terhadap tingkat kecemasan, tingkat kecemasan social, tingkat depresi -Terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan Facebook pasif terhadap tingkat <i>brooding</i>
---	--------------------------	---	--	---

Hidayat sarip, Mustika sari⁹	Indonesi a	Kecandua n pengguna n smartphon e dan kualitas tidur pada mahasisw a RIK UI	-Jumah sampel : 165 -Variabel Terikat : Penggunaan Smartphone -Variabe Bebas : Tingkat kecemasan -Desain : Cross- sectional -Instrumen : <i>Smartphone Addiction Scale (SAS), Pittsburgh Sleep Quality Index (TPSQI)</i>	-Terdapat hubungan positif dan hubungan lemah antara kecanduan penggunaan smartphone dengan kualitas tidur
--	---------------	--	---	--
