

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penggunaan smartphone di era perkembangan teknologi yang pesat dapat membuat aktivitas manusia menjadi lebih efektif dan efisien khususnya dalam bidang komunikasi. Namun, kegunaan smartphone yang sebelumnya hanya difokuskan sebagai alat komunikasi, seiring dengan perkembangan teknologi dapat digunakan untuk berbagai hal. Mulai dari bekerja, berbelanja, bermain, berfoto, sarana informasi, sarana menghibur diri, media sosial, dan masih banyak kegunaan lainnya sehingga smartphone seringkali dijadikan prioritas bagi setiap individu (Deang *et al.* 2019).

Menurut Griffiths. *et al.* (2019) intensitas penggunaan smartphone dianggap sebagai intensitas penggunaan teknologi dan merupakan bagian dari gangguan perilaku. Kondisi ini melibatkan interaksi manusia dengan mesin yang mempunyai fitur dan motivasi yang mendorong pemakaian secara berlebihan. Intensitas penggunaan smartphone adalah hilangnya control dan keasyikan berlebihan pada smartphone dan berbagai aplikasi yang menyebabkan gangguan pribadi, social dan professional seseorang. Seseorang yang intensitas penggunaan smartphone akan sulit mengembangkan kemampuan atau kecakapannya dalam berhubungan dengan orang lain sehingga membuat hubungan sosial dan interaksi mereka dengan keluarga, teman dan orang disekitarnya menjadi kurang baik serta mengalami prestasi akademik yang menurun (Griffiths. *et al.* 2019)

Menurut salah satu artikel dari harian Inggris, The Telegraph (2014) penjualan smartphone global diprediksi bertumbuh sebesar 18%, dimana pertumbuhannya itu didorong oleh pasar negara berkembang, yang dipimpin oleh India, China dan Indonesia. Pengguna smartphone di Indonesia bertumbuh dengan pesat. Indonesia menjadi Negara dengan pengguna aktif smartphone terbesar keempat di dunia setelah China, India, dan Amerika terutama pada penggunaan media sosial dan bermain game online (Wahyuni. *et al.* 2017).

Segala kemudahan dan kenyamanan fasilitas yang diberikan smartphone dalam memenuhi segala kebutuhan manusia, membuat seseorang banyak menghabiskan waktunya untuk menatap layar smartphone. Begitu berharganya smartphone bagi mahasiswa membuatnya lebih memilih dompet yang tertinggal dibandingkan smartphone, hal tersebut merupakan salah satu contoh seseorang mengalami kecenderungan Nomophobia. Kecenderungan Nomophobia dapat mengganggu kehidupan akademis dan mengganggu relasi sosial, orang lebih disibukkan dengan smartphonenya dibandingkan harus berinteraksi langsung tatap muka dengan lawan bicaranya (Haslinika. 2016).

Menurut (Ali A. 2017). Nomofobia disusun dalam empat dimensi dan/atau penyebab utama: ketakutan atau kegugupan karena tidak dapat berkomunikasi dengan orang lain, takut tidak bisa terhubung, ketakutan tidak dapat mengakses informasi secara langsung, dan ketakutan akan penolakan terhadap kenyamanan yang diberikan oleh perangkat seluler. Nomophobia mendorong perkembangan gangguan mental, gangguan kepribadian serta masalah harga diri, kesepian, dan kebahagiaan, terutama pada populasi yang lebih muda. Semua ini berdampak besar

pada kesehatan, yang berdampak negatif pada aspek kehidupan lain seperti belajar dan bekerja, dengan menciptakan ketergantungan yang kuat pada teknologi seluler, memengaruhi praktik profesional dengan memicu gangguan terus-menerus. Selain itu, hal ini mempengaruhi hubungan dan interaksi antar individu, menghasilkan jarak dan isolasi dari dunia fisik. (Santos. *et al.* 2022).

Menurut Yildirim (2014) nomophobia memiliki empat aspek yaitu, tidak mampu berkomunikasi, kehilangan koneksi atau jaringan, adanya gangguan untuk mengakses informasi, dan kenyamanan yang diberikan oleh smartphone. Adapun faktor penyebab nomophobia diantaranya: faktor genetis, faktor sosial lingkungan, faktor perilaku serta faktor kognitif dan emosional (Nevid, 2005). Menurut studi dari Yildirim & Correia (2015), sebanyak 77% orang yang berusia 18 – 24 tahun memiliki tingkat kerentanan yang lebih tinggi terhadap nomophobia.

Bivin (2013) menemukan beberapa pola dari pengguna smartphone yang memiliki kecenderungan nomophobia, salah satunya ialah intensitas mengecek smartphone lebih dari 35 kali dalam sehari. Sependapat dengan pola penggunaan smartphone milik Bivin, (Bragazzi, 2014) menemukan beberapa ciri dari nomophobia salah satunya ialah intensitas dalam melihat layar smartphone, dan selalu bersama smartphone selama 24 jam dalam sehari. Ardianto (dalam Gifary, 2013) berpendapat intensitas penggunaan smartphone dapat diukur dari frekuensi, durasi, isi.

Savern dan Tankard mengemukakan ketika seseorang semakin bergantung pada suatu media untuk memenuhi kebutuhannya, media tersebut menjadi semakin penting untuk orang tersebut. Kalaskar (2015) mengemukakan tingkat penggunaan,

kebiasaan, dan ketergantungan merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya nomophobia yaitu kecemasan yang timbul karena tidak dapat mengakses smartphone. Nomophobia diartikan tidak hanya seseorang yang takut atau cemas karena tidak membawa ponsel, namun ketakutan dan kecemasan tersebut dapat terjadi karena berbagai kondisi, misalnya tidak ada jaringan, kehabisan baterai, kehabisan kuota internet, dan lain sebagainya (King et.al. 2014). Nomophobia dianggap sebagai fobia zaman modern yang disebabkan oleh hasil interaksi antara manusia dan teknologi terlebih smartphone (Tanoto. et al. 2020). Orang-orang yang mengalami nomophobia memiliki kecenderungan untuk menghabiskan lebih banyak waktunya dengan smartphone (Maryani. et al. 2021). Hal tersebut memicu banyaknya generasi muda yang kurang memperhatikan dunia nyata karena terlalu banyak memfokuskan perhatian terhadap dunia virtual atau sering disebut budak teknologi (Dongre. et al. 2017). Dalam beberapa studi yang telah dilakukan sebelumnya, nomophobia diketahui memiliki keterhubungan dengan beberapa fenomena seperti kontrol diri (self-control) dan harga diri (self-esteem) yang rendah, kesepian yang tinggi, insomnia, kecemasan, dan fear of missing out (FOMO).

Radiasi dari ponsel adalah jenis radiasi non-ionisasi, yang berarti radiasi ini tidak cukup kuat untuk merusak struktur DNA, seperti yang dilakukan radiasi ionisasi (seperti sinar-X). Namun, tetap ada hal-hal yang perlu diperhatikan karena efek radiasi ponsel salah satunya yaitu dampak radiasi ponsel terhadap ovarium ternyata, dalam beberapa penelitian menyiratkan bahwa paparan radiasi ponsel dalam jangka panjang mungkin dapat berdampak pada ovarium

wanita. Ovarium adalah tempat sel telur wanita diproduksi, dan gangguan pada ovarium dapat mempengaruhi kesuburan wanita. Kualitas sel telur wanita tidak hanya kondisi ovarium wanita yang akan terkena efeknya. Sel telur yang wanita miliki juga dapat ikut terpengaruh. Radiasi ponsel juga dapat mempengaruhi kualitas sel telur. Sel telur yang berkualitas rendah dapat menyulitkan proses pembuahan, Gangguan menstruasi pada wanita siklus menstruasi yang tidak teratur dapat disebabkan oleh banyak hal dari permasalahan fisik sampai psikologis dan yang terakhir Masalah kesuburan masa kesuburan wanita juga dapat terdampak oleh efek radiasi ponsel permasalahan yang terjadi pada ovarium dan sel telur akan berdampak ke keseluruhan organ reproduksi wanita. Gelombang energi radiasi smartphone yang diserap tubuh dalam waktu yang tidak singkat juga dapat mempengaruhi sistem reproduksi wanita yang berujung dapat menimbulkan gangguan kesuburan.

Penelitian yang dilakukan oleh Pavithra, Madhukumar & Mahadeva (2015) dengan subjek penelitian dari 200 siswa yang terdiri dari 47,5% perempuan dan 52,5% laki-laki. Sekitar 23% siswa merasa mereka kehilangan konsentrasi dan menjadi stres ketika mereka jauh dari ponsel, 79 (39,5%) siswa mengidap *Nomophobic* di penelitian ini dan 27% berada pada risiko mengembangkan *nomophobia*. Penelitian lain yang dilakukan oleh Mittal, Rajasekar & Krishnagopal (2016). Mahasiswa gelisah ketika mereka tidak dapat menghubungi orang yang diinginkan dan ketika mereka lupa membawa ponsel (kegelisahan diamati secara signifikan di kalangan pengguna yang sering menggunakan ponsel). Maka akan berdampak pada kejadian *nomophobia* di kalangan mahasiswa yang dimana

seseorang ketakutan dan cemas saat jauh dari ponsel. 54% mahasiswa marah, karena masalah software (29,3%), tidak tersedianya jaringan (23,4%), pesan menjangkelkan dan panggilan (22,8%) dan 25% mahasiswa menerima panggilan saat mengemudi.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan intensitas penggunaan smartphone dengan kejadian nomophobia pada mahasiswa kebidanan di Universitas Nasional Jakarta.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan data yang diperoleh diatas bahwa, sebanyak 77% orang yang berusia 18 – 24 tahun memiliki tingkat kerentanan yang lebih tinggi terhadap nomophobia.. Maka rumusan masalah yang dapat di teliti adalah “Apakah Ada Hubungan Intensitas Penggunaan Smartphone Dengan Kejadian Nomophobia Pada Mahasiswa Kebidanan Di Universitas Nasional Jakarta Tahun 2024?.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan intensitas penggunaan smartphone dengan kecenderungan nomophobia pada mahasiswa kebidanan di Universitas Nasional Jakarta.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui distribusi frekuensi intensitas penggunaan smartphone pada mahasiswa Kebidanan di Universitas Nasional Jakarta Tahun 2024.

1.3.2.2 Mengetahui distribusi frekuensi kejadian nomophobia pada mahasiswa kebidanan di Universitas Nasional Jakarta Tahun 2024.

1.3.2.3 Mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan smartphone dengan kecenderungan nomophobia pada mahasiswa kebidanan di Universitas Nasional Jakarta Tahun 2024.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Universitas Nasional

Diharapkan mampu diterapkan kepada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan dengan edukasi yang akan di berikan dalam perencanaan program kesehatan sebagai upaya untuk meningkatkan kesadarann dan pengetahuan mahasiswa dalam upaya pencegahan kejadian nomophobia.

1.4.2 Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan mampu menjadi bahan pertimbangan kepada tenaga kesehatan agar menambah kepedulian terhadap remaja melalui edukasi dan promosi kesehatan tentang bahaya penggunaan smartphone yang berlebihan terhadap kecenderungan nomophobia

1.4.3 Bagi Masyarakat

Diharapkan mampu memberikan kontribusi yang positif dalam upaya pencegahan nomphobia dan upaya peningkatan kesehatan remaja secara keseluruhan serta dapat memberikan informasi kepada keluarga untuk memberi dukungan yang lebih baik terhadap remaja dalam mencapai dan mempertahankan gaya hidup sehat.