

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Penggunaan *smartphone* saat ini sudah tidak asing di kalangan masyarakat. Departemen Pendidikan Nasional mendefinisikan *smartphone* adalah telepon seluler dengan diberi fasilitas seperti akses internet nirkabel dan layar sentuh yang memiliki fungsi seperti komputer pribadi (Nasution *et al*, 2017). Alasan *smartphone* banyak diminati karena dapat digunakan untuk berkomunikasi secara langsung atau tidak langsung dan juga dapat digunakan untuk mengakses internet, menyimpan data, bahkan mengirim pesan email (Ramaita *et al*, 2019). Berdasarkan data Kementrian Komunikasi dan Informasi tahun 2015, Indonesia diperkirakan memiliki sekitar 55 juta pengguna *smartphone* (5 besar pengguna *smartphone* di dunia) dan akan terus meningkat (Kominfo, 2016). Peningkatan penggunaan *smartphone* disebabkan semakin banyaknya fitur yang mempermudah kehidupan manusia.

Hadirnya *smartphone* memberikan perubahan besar pada kehidupan manusia termasuk di kalangan mahasiswa. Namun dapat muncul dampak negatif pada mahasiswa meskipun *smartphone* menyuguhkan hal positif. Penelitian yang dilakukan oleh Li dan Lepp tahun 2015 telah mengidentifikasi penggunaan *smartphone* yang tidak terkontrol yang menimbulkan pengaruh negatif, meliputi menarik diri, perubahan mood dan kecemasan sosial (Primadiana *et al*, 2019). Didukung dengan survei yang telah dilakukan oleh *SecurEnvoy* didapatkan paling banyak kecanduan terhadap *smartphone* yang terjadi yaitu pada usia muda, dengan rentan umur antara 18-24 tahun dan sebanyak 77% mengatakan tidak dapat meninggalkan ponselnya lebih dari satu menit. Mahasiswa yang rata-rata berusia 18-30 tahun merupakan salah satu golongan yang tidak dapat lepas dari *smartphone* (Ramaita *et al*, 2019). Menurut Van Deursen (dalam Sukma, 2019) mahasiswa mengalihkan stres yang muncul dengan menggunakan *smartphone*, dimana stres yang muncul yang berasal dari kehidupan akademiknya. Dalam konteks ini,

smartphone digunakan untuk memunculkan rasa senang dan menghilangkan stres yang muncul untuk sementara waktu (Sukma, 2019).

Pendidikan kedokteran merupakan masa yang cukup berat disebabkan tekanan yang banyak dan sering kali harus menggunakan usaha dan kerja keras yang penuh (Febriana, 2018). Mahasiswa mengatakan alasan mereka merasakan stress berhubungan dengan kehidupan akademik seperti: *deadline* tugas, padatnya jadwal perkuliahan, sikap beberapa dosen yang kurang menyenangkan, praktikum yang banyak, dan persiapan presentasi dan materi yang kurang jelas (Ramadhani, 2018). Pada tahun 2020 ini *World Health Organization* (WHO) menetapkan *Corona Virus Disease 19* atau Covid-19 dengan dilihat dari tingkat penyebaran yang cepat dan menyeluruh hingga seluruh dunia sebagai pandemi global. Sehingga pada akhirnya WHO menghimbau untuk melakukan metode pembelajaran yaitu pengajar dan mahasiswa menerapkan *physical distancing* dan beraktivitas belajar di rumah. Metode yang dilakukan berupa Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) atau *Distance Learning* (DL) (NurCita dan Susantiningsih, 2020). Perubahan yang terjadi akibat Covid-19 ternyata berdampak pada psikologis mahasiswa. Hasil studi pendahuluan terkait tingkat stres pada mahasiswa yang dilakukan pada 12 mahasiswa secara daring selama pandemi Covid-19 ini menunjukkan bahwa 3 mahasiswa mengalami stres dengan kategori normal, 2 mahasiswa mengalami stres ringan, 5 mahasiswa mengalami stres sedang dan 2 mahasiswa mengalami stres berat (PH *et al*, 2020).

Seseorang pada dasarnya akan mengatasi dengan berbagai perilaku ketika mengalami keadaan atau kondisi yang menimbulkan stres, salah satunya adalah dengan menggunakan *smartphone* (Copper, *et al* dalam Sukma, 2019). Individu yang menggunakan *smartphone* sebagai pelampiasan stres yang dirasakan akan aktif dalam aplikasi sosial media. Sosial media berfungsi sebagai tempat untuk meluapkan perasaannya ataupun membagikan *posting* apapun yang terdapat pada akun pribadinya (Bian and Leung, dalam Sukma 2019). Berlebihannya penggunaan *smartphone* dan tidak terkontrol akhirnya dapat menimbulkan kecanduan (Ramadhani, 2018).

Berdasarkan uraian pernyataan di atas, peneliti memiliki ketertarikan melakukan sebuah penelitian berjudul “Hubungan antara Tingkat Stres terhadap *Smartphone addiction* pada Mahasiswa”.

I.2 Rumusan masalah

Rumusan masalah dari penelitian ini apakah ada hubungan antara tingkat stres terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

I.3.2 Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden yaitu mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta (angkatan, umur, jenis kelamin, menggunakan *smartphone* atau tidak, durasi penggunaan, frekuensi penggunaan, aplikasi yang digunakan biaya yang dikeluarkan untuk pembelian kuota).
- b. Mendapatkan karakteristik tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
- c. Mendapatkan karakteristik adiksi *smartphone* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
- d. Mengetahui hubungan antara tingkat stres terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan dan pengaruh antara tingkat stres terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

I.4.2 Manfaat Praktis

a. Manfaat praktis bagi responden

Dapat memberikan informasi dan mengingatkan responden tentang pentingnya mengontrol stres sehingga mengurangi risiko munculnya adiksi terhadap *smartphone* pada mahasiswa

b. Manfaat praktis bagi UPN Veteran Jakarta

Sebagai bahan rujukan serta masukan untuk penelitian selanjutnya mengenai hubungan tingkat stres terhadap *smartphone addiction* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

c. Manfaat praktis bagi peneliti

Menambah wawasan mengenai tingkat stress dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Mengukur kemampuan dan keterampilan yang telah dimiliki sebagai seorang peneliti dalam bidang Ilmu Fisiologi.