

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Masa remaja sering diasosiasikan sebagai masa pertumbuhan serta perkembangan seseorang, baik itu dari segi fisik, mental, emosional, maupun psikososial. Salah satu pertumbuhan dan perkembangan psikososial yang dihadapi remaja adalah perihal harga diri. Budianti (2015) menyatakan bahwa menghargai diri atau *self-esteem* merupakan bagaimana cara seseorang mengevaluasi pribadinya sendiri dalam rentang negative hingga positif atau sering disebut juga sebagai kemampuan untuk menghargai diri sendiri.

Dalam *Journal of Psychology and Aging* terdapat penelitian yang menyatakan terdapat hubungan antara *self-esteem* dan usia seseorang, harga diri akan turun di masa remaja dan meningkat di usia 20 tahun. Mengingat beban yang dipikul pada masa remaja, khususnya pada masa peralihan dari sekolah menuju perkuliahan membuat suatu perpindahan struktur sekolah yang lebih impersonal dan lebih luas, meliputi interaksi terhadap teman sebaya dari latar belakang yang berbeda dan adanya tekanan untuk mencapai prestasi akademik (Nur, 2015).

Peralihan yang dirasakan oleh mahasiswa baru dari sekolah menengah ke fakultas kedokteran memiliki tekanan atau beban yang lebih berat, seperti sistem pendidikan yang digunakan pada fakultas kedokteran yaitu KBK (Kurikulum Berbasis Kompetensi) yang meliputi kelas tutorial, kuliah pakar, *lab activity*, *skills lab*, dan ujian yang beragam seperti *student oral case analysis*, *objective structured clinical examination*, *multidisciplinary examination*, dan *objective structure pharmaceutical examination*. Sehingga, mahasiswa kedokteran mendapatkan beban atau tekanan yang lebih dibandingkan fakultas yang lain (Alfino, 2019). Pada masa peralihan, inilah yang paling memengaruhi terjadinya perkembangan *self-esteem* seseorang. Mereka cenderung hendak meningkatkan

segala hal dalam dirinya, sehingga memastikan apakah dia hendak mempunyai *self-esteem* yang negatif atau positif (Shawli, 2019).

Dikemukakan oleh Coopersmith (dalam Rangkuti, 2016) terdapat beberapa faktor yang memengaruhi terbentuknya *self-esteem* seseorang yaitu, keberhasilan individu, keberartian individu, performansi individu, serta kekuatan individu itu sendiri. Kekuatan individu dapat direpresentasikan sebagai pengakuan dan rasa hormat dari orang lain, yang merupakan salah satu aspek penting dalam membangun *self-esteem* seseorang.

Pada masa ini, pertumbuhan dan perkembangan remaja tidak dapat dilepaskan dari perkembangan dan kemajuan teknologi. Seiring berjalannya waktu, kemajuan teknologi telah mendorong masyarakat untuk terus mengikuti kemajuannya. Salah satu hal yang terasa dalam kemajuan teknologi ini adalah berkembangnya alat-alat telekomunikasi. Tiga tren dalam teknologi komunikasi di Indonesia pada tahun 2012 yaitu teknologi *smartphone*, tumbuhnya pengguna jejaring sosial, dan tumbuhnya infrastruktur internet (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2015).

Saat ini, *smartphone* telah menjadi aspek penting dalam hidup manusia. Indonesia sendiri telah disebut sebagai “raksasa teknologi digital Asia yang sedang tertidur”, karena besarnya jumlah pengguna *smartphone* mencapai lebih dari 40% jumlah penduduknya atau setara dengan lebih dari 100 juta pengguna (Kominfo, 2018). *Smartphone* sendiri hampir digunakan oleh semua tingkat usia, dengan data pengguna tertinggi dalam rentang usia remaja, yaitu 18 hingga 25 tahun (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2015). Kang dan Jung (dalam Saputra, 2018) menyatakan *smartphone* mempermudah remaja dalam proses belajar, mencari hiburan, relaksasi, dan juga berkomunikasi dengan orang lain. Banyaknya fitur menarik dalam *smartphone* yang mendorong remaja untuk terus menggunakan *smartphone*-nya. Tanpa disadari, penggunaannya mulai bergantung pada keberadaan *smartphone*-nya. Menurut Kwon (dalam Mulyana, 2017) perilaku ini disebut sebagai kecanduan ataupun ketergantungan pada *smartphone* yang dapat memunculkan beberapa masalah seperti mengganggu

aktivitas sehari-hari, menarik diri dari lingkungan, ataupun mengganggu kontrol impuls seseorang.

Seiring berjalannya ketergantungan, manusia akan mulai merasa panik, cemas, dan ketakutan apabila tidak dapat menjangkau *smartphone*-nya. Kejadian ini disebut dengan *nomophobia* atau *no mobile phone phobia* yang merupakan kondisi psikologis dimana seseorang akan merasa cemas dan tidak nyaman saat jauh dan tidak dapat menjangkau *smartphone* ataupun komputernya (Yildirim & Correia, 2015).

Berbeda halnya dengan *nomophobia*, *phubbing* adalah akronim dari *phone* dan *snubbing* yang menunjukkan sikap seseorang mengindahkan dan tidak mengacuhkan lawan bicaranya karena *smartphone* (McCann dalam Mumtaz, 2019). Sedangkan, orang dengan *nomophobia* cenderung tidak nyaman untuk berkomunikasi langsung atau tatap muka, mereka lebih memilah berkomunikasi melalui teknologi (Pradana *et al*, 2016). Ketidaknyamanan untuk berkomunikasi langsung ini, dapat dikaitkan dengan tingkat *self-esteem* seseorang terhadap dirinya sendiri. Rendahnya *self-esteem* merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya *nomophobia* (Agusta, 2016).

Penelitian ini diharapkan dapat mengetahui kaitan *self-esteem* dengan *nomophobia* pada mahasiswa FK UPNVJ serta dapat membantu dalam meningkatkan kualitas hidup dari mahasiswa. Sehingga data penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk menurunkan tingkat kecenderungan akan *nomophobia* pada mahasiswa FK UPNVJ kedepannya. Dari latar tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul hubungan *self-esteem* dengan *nomophobia* pada mahasiswa FK UPNVJ angkatan 2019.

I.2 Perumusan Masalah

Tingginya angka kejadian *nomophobia* pada remaja akhir menjadi salah satu sumber masalah serius bagi masyarakat sekitar pada umumnya, dan bagi individu itu sendiri pada khususnya. *Nomophobia* dapat memengaruhi kualitas hidup di

masa sekarang dan masa depan. Penelitian terkini sudah membuktikan bahwa terdapat beberapa hal yang dapat menurunkan angka kejadian *nomophobia* antara lain *self-esteem*, dalam hal ini *self-esteem* dapat memberikan dampak yang signifikan dalam menurunkan angka kejadian *nomophobia* pada remaja. Berdasarkan uraian tersebut para peneliti mulai tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan *Self-Esteem* dengan *Nomophobia* pada Mahasiswa FK UPNVJ Angkatan 2019.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan *nomophobia* pada mahasiswa FK UPNVJ angkatan 2019.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran *self-esteem* pada Mahasiswa FK UPNVJ angkatan 2019.
- b. Mengetahui *nomophobia* Mahasiswa FK UPNVJ 2019.
- c. Menganalisa hubungan antara *self-esteem* dengan *nomophobia* pada Mahasiswa FK UPNVJ angkatan 2019.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan atau literatur ilmiah sebagai acuan pembelajaran, membuktikan bukti empiris dan membuktikan teori yang telah ada mengenai hubungan antara *self-esteem* dengan *nomophobia* pada remaja.

I.4.2 Manfaat Praktis

- a. Manfaat bagi responden

Mengetahui lebih dini apabila terdapat *nomophobia* dan kemungkinan penyebabnya, sehingga responden dapat segera menemui ahli untuk pemeriksaan dan tatalaksana lebih lanjut.

b. Manfaat bagi Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

Memberikan informasi mengenai *self-esteem* dan kejadian *nomophobia* pada mahasiswa, sehingga dapat dilakukan skrining dini serta penentuan langkah berikutnya untuk meminimalisir kecenderungan tersebut.

c. Manfaat bagi Program Studi

Menambah referensi penelitian ilmiah bidang ilmu kedokteran kejiwaan.

d. Manfaat bagi Peneliti

Mengetahui dan memahami prosedur melakukan penelitian ilmiah serta sebagai sarana mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang telah didapat selama proses perkuliahan.