

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Konsep Perilaku**

##### **2.1.1. Definisi**

Perilaku adalah suatu tindakan atau aktivitas dari manusia yang memiliki ruang lingkup yang sangat luas antara lain berjalan, berbicara, menangis, tertawa, bekerja, kuliah, menulis, membaca, dan sebagainya. Dari uraian ini dapat disimpulkan bahwa perilaku manusia adalah semua kegiatan yang dilakukan atau aktivitas manusia, baik yang diamati secara langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar. (Kholid, 2015)

##### **2.1.2. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku**

Menurut Green dalam (Notoatmodjo, 2014), mengklasifikasikan menjadi faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan, yaitu :

###### **1) Faktor Predisposisi (*predisposing factor*)**

Merupakan faktor internal yang berada pada individu atau kelompok yang mempermudah dalam berperilaku seperti pengetahuan, sikap, kepercayaan, nilai-nilai dan budaya.

2) Faktor pendukung (*enabling factor*)

Yang terjadi didalam lingkungan fisik, tersedia atau tidak tersedianya fasilitas-fasilitas atau sarana-sarana kesehatan, misalnya puskesmas, obat-obatan, alat-alat steril dan sebagainya.

3) Faktor pendorong (*reinforcing factor*)

Yang terwujud didalam sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas lain, yang merupakan kelompok referensi dari perilaku masyarakat.

## 2.2. Konsep Pengetahuan

### 2.2.1. Definisi

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, trjadi setelah dilakukan pengindraan (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Pada saat pengindraan dapat menghasilkan pengetahuan yang sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek tersebut. (Notoadmojo,2014).

Pengetahuan adalah unsur yang begitu penting dalam membuat tindakan seseorang (*over behavior*). Pengetahuan adalah hasil dari “Tahu” dan ini akan terjadi jika seseorang melakukan pengindraannya kepada objek melalui panca indra yang dmiliki. Prilakunya didasari oleh pengetahuan. (Notoadmojo,2014).

Dari definisi diatas dapat disimpulkan pengetahuan adalah hasil dari pengindraan yang sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek, dan merupakan hal yang sangat penting untuk membentuk perlakuan seseorang

### **2.2.2. Cara Memperoleh Pengetahuan**

#### **1) Cara Coba Salah (*Trial and Error*)**

Ini adalah car non ilmiah, yang digunakan manusia untuk mendapatkan pengetahuan adalah dengan cara coba-coba. Cara ini digunakan oleh orang-orang pada saat sebelum adanya peradaban untuk memecakan masalah dengan cara coba-coba saja.

#### **2) Secara Kebetulan**

Penemuannya ditemukan secara kebetulan yang terjadi karena tidak sengaja oleh orang tersebut.

#### **3) Berdasarkan Pengalaman Pribadi**

Pengalaman pribadi adalah sumber dari pegetahuan. Oleh sebab itu pengalaman yang dirasakan pribadi dapat digunakan untuk upaya memperoleh pengetahuan tersebut.

#### **4) Kebenaran Melalui Wahyu**

Ajaran dan norma Agama merupakan sesuatu kebenaran yang diwahyukan dari Tuhan melalui para Nabi. Kebenaran ini diterima oleh para Nabi sebagai wahyu dan bukan merupakan hasil usaha pengindraan manusia.

#### **5) Kebenaran Secara Intutif**

Kebenaran secara intuitif didapatkan oleh manusia secara singkat melalui proses diluar kesadaran dan tidak melalui proses penalaran atau berfikir. Kebenaran ini didapatkan berdasarkan suar hati atau bisikan hati saja.

#### 6) Melalui Jalan Fikiran

Sejalan dengan perkembangan, cara berfikir manusia pun ikut berkembang. Manusia telah mampu menggunakan pemikirannya dalam memperoleh pengetahuan tersebut.

#### 7) Induksi

Induksi adalah proses penarikan kesimpulan. Berarti di proses induksi pembuatan kesimpulannya berdasarkan pengalaman-pengalaman empiris yang didapatkan oleh penginderaan.

#### 8) Deduksi

Deduksi adalah pembuatan kesimpulan dari pernyataan-pernyataan umum ke khusus.

### 2.2.3. Tingkat Pengetahuan

Pengetahuan kognitif merupakan inti yang sangat penting untuk terbentuknya suatu tindakan (*ovent behavior*). Pengetahuan yang tercakup dalam domain koqnitif mempunyai 6 tingkatan yaitu: (Notoatmojo,2014)

#### 1) Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya termasuk kedalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (*recall*) “Tahu” merupakan tingkat pengetahuan yang rendah.

2) Memahami (*comprehension*)

Memahami artinya sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui.

3) Aplikasi (*Application*)

Aplikasi adalah kemampuan untuk menggunakan satu materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi riil (sebenarnya).

4) Analisa (*Analysts*)

Analisis merupakan kemampuan untuk menyatakan suatu materi atau suatu objek kedalam komponen-komponen tetapi masih dalam struktur organisasi tersebut dan masih ada kaitannya satu sama lain.

5) Sintesis

Sintesis yang dimaksud menunjukkan pada satu kemampuan untuk melaksanakan atau menghubungkan bagian-bagian. Dengan kata lain sintesis merupakan suatu kemampuan untuk menyusun formulasi yang ada.

6) Evaluasi

Evaluasi adalah kemampuan untuk melakukan suatu penilaian terhadap suatu material atau objek.

#### **2.2.4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan**

Menurut Budiman dan Riyanto (2013) faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah :

##### **1) Pendidikan**

Semakin tinggi pendidikannya seseorang maka akan semakin cepat juga untuk menerima dan memahami informasi sehingga pengetahuan yang dimiliki juga semakin tinggi.

##### **2) Informasi/Media Massa**

Semakin berkembangnya ilmu teknologi di dunia yang menyediakan bermacam-macam media massa sehingga bisa mempengaruhi pengetahuan.

##### **3) Sosial Budaya**

Seseorang yang mempunyai sosial budaya yang baik maka pengetahuannya akan baik tapi jika sosial budayanya kurang baik maka pengetahuannya akan kurang baik.

##### **4) Lingkungan**

Lingkungan yang baik maka pengetahuan yang didapat juga akan baik, begitupun sebaliknya.

##### **5) Pengalaman**

Dari pengalaman sebelumnya yang sudah dialami sehingga pengalaman yang didapatkan bisa dijadikan sebagai pengetahuan apabila mendapatkan masalah yang sama.

##### **6) Usia**

Semakin bertambahnya usia maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh juga akan semakin membaik.

#### **2.2.5. Kategori Pengetahuan**

Pengukuran pengetahuan bisa dilakukan dengan cara wawancara atau kuesioner yang menanyakan tentang isi materi yang akan diukur dari subjek penelitian atau responden tersebut. (Notoatmojo,2013)

- 1) Baik : Bila subjek mampu menjawab dengan benar 76-100 % dari seluruh pertanyaan.
- 2) Cukup : Bila subjek mampu menjawab dengan benar 60-75 % dari seluruh pertanyaan
- 3) Kurang : Bila subjek mampu menjawab dengan benar <60 % dari seluruh pertanyaan (Arikunto,2010)

### **2.2. Konsep syndrome nomophobia**

#### **2.2.1. Pengertian syndrome nomophobia**

Nomophobia merupakan sindrom ketakutan bila seseorang tidak memiliki smartphone atau telepon genggam atau jika seseorang tidak bisa mengakses telepon genggamnya. Ada dua istilah lain yang diperkenalkan dan sering digunakan dalam bahasa sehari-hari yaitu *nomophobe* dan *nomophobic*. *Nomophobe* adalah kata benda dan mengacu pada seseorang yang menderita *nomophobia*. Istilah, *nomophobic*, di sisi lain, adalah kata sifat dan digunakan untuk

menggambarkan karakteristik *nomophobes* dan / atau perilaku yang berhubungan dengan *nomophobia*. (Rahmawati,2016)

Berdasarkan uraian mengenai nomophobia yang telah diungkapkan. dapat disimpulkan bahwa kecenderungan nomophobia merupakan kecenderungan fobia jika individu mengalami perasaan takut dan cemas ketika jauh dari *gajet*, misalnya seperti tidak dapat menghubungi orang lain, tidak mendapatkan sinyal, kehabisan baterai,dll. Batasan antara nomophobia dengan ketergantungan smartphone terletak pada perasaan gelisah, cemas, dan takut ketika berada jauh dari handphone. Penggunaan yang berlebih dapat menimbulkan perilaku adiktif dan ketergantungan, kedua hal tersebut merupakan indikasi dari nomophobia (Pavithra dkk, 2016).

### **2.2.2. Faktor syndrom nomophobia**

Menurut Bianchi dan Phillips, ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya nomophobia, yaitu:

#### **1) Gender**

Banyak penelitian yang mengungkapkan bahwa perempuan akan lebih tertarik dalam penggunaan teknologi secara berlebih dibandingkan laki-laki.

#### **2) Usia**



Penelitian sebelumnya telah memperlihatkan bahwa orang tua lebih kecil kemungkinannya daripada anak muda. Alasannya adalah lebih banyak anak muda yang menghabiskan waktunya dengan *smartphone* dibandingkan dengan orang tua.

### 3) **Extraversion personality**

Tipe ekstrevert lebih rentan terhadap masalah penggunaan *smartphone* alasannya adalah bahwa mereka lebih cenderung mencari situasi sosial. Hal tersebut secara teknis dapat meningkatkan penggunaan ponsel pada individu yang memiliki tipe kepribadian *extraversion*. (Bianchi dan Phillips: 2005)

### 4) **Neuroticism personality**

Penggunaan ponsel yang lebih tinggi dan bermasalah akan diprediksi oleh neurotisme. Pada masalah penggunaan ponsel, individu dengan kepribadian neurotisme yang tinggi akan mencemaskan ketika tidak dapat menghubungi atau dihubungi orang lain dan tidak dapat menerima akses informasi melalui ponselnya.

## 2.2.3. Tanda dan gejala *syndrome nomophobia*

- 1) Menghabiskan waktu menggunakan telepon genggam atau ponsel, mempunyai satu atau lebih *smartphone* dan selalu membawa *charger* atau *power bank*
- 2) Merasa cemas dan gugup ketika telepon genggam tidak tersedia dekat atau tidak pada tempatnya. Selain itu juga merasa

tidak nyaman ketika gangguan atau tidak ada jaringan, saat baterai lemah, kelupaan ponsel, dan kehabisan pulsa.

- 3) Selalu melihat dan mengecek layar telepon genggam untuk mencari tahu pesan atau panggilan masuk.
- 4) Tidak mematikan telepon genggam dan selalu sedia 24 jam, selain itu saat tidur telepon genggam diletakkan di kasur.
- 5) Kurang nyaman berkomunikasi secara tatap muka dan lebih memilih berkomunikasi menggunakan teknologi baru.
- 6) Biaya yang dikeluarkan untuk telepon genggam lebih besar.

(Rahmawati,2016)

#### **2.2.4. Dampak syndrom nomophobia**

Selanjutnya menurut Enny dalam penelitiannya yang berjudul “Efek Samping Penggunaan Ponsel” mengatakan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan akan menyebabkan:

- 1) Radiasi elektromagnetik yang bisa mempengaruhi tubuh dan mengakibatkan vertigo, insomnia, leukemia hingga kanker payudara (Wilantika, 2017).
- 2) Hal ini juga membuktikan bahwa jika seseorang menggunakan ponsel dengan waktu yang lama akan berdampak kepada tubuh dan terutama bagian otak. (Asih & Fauziah, 2018).
- 3) Para penderita *nomophobia* juga akan mengalami fase *fear of missing out* yang mana seseorang yang mengalaminya mempunyai frekuensi mengecek notifikasi yang sangat tinggi

hingga setiap menit penderita *nomophobia* akan selalu menatap layar ponsel yang dimilikinya .

Selanjutnya dalam penelitian Cancan menyatakan bahwa para pengguna *smartphone* tidak memperhatikan kebersihan dari *smartphone* yang dimilikinya (Wilantika, 2017).

1. Keringat dari tangan biasanya menempel pada *smartphone*, kemudian debu akan menempel pada *smartphone* yang lembab karena keringat tadi. Jika *smartphone* tidak dibersihkan maka kuman yang ada pada *smartphone* akan melekat pada tangan dan tubuh.

2. Dampak *nomophobia* juga dapat membuat penggunanya mengalami gangguan pola tidur. Karena jika seseorang telah asyik dengan *smartphone* orang tersebut jika tidak disiplin maka akan lupa terhadap waktu.

3. Akan berdampak bagi hubungan dan interaksi dari satu individu ke individu lain karena hubungan individu seseorang sudah di gantikan oleh fitur-fitur yang terdapat didalam *smartphone* yang mana akan menyebabkan penggunanya menjadi individual dan apatis terhadap lingkungan sekitar. (Yuwanto, 2010).

#### **2.2.5. Penanganan syndrome nomophobia**

Ada beberapa penanganan jika terjadi syndrome nomophobia, yaitu:

- 1) Layanan konseling, tugas konselor pada dasarnya adalah usaha memberikan bimbingan kepada konseli dengan maksud agar konseli mampu mengatasi permasalahan dirinya. Tugas ini berlaku bagi siapa saja yang bertindak sebagai konselor (Syafaruddin, 2017).
- 2) Pendekatan humanistik sangat relevan dengan penderita *nomophobia*, penentuan nasib sendiri bagian berharga dari klien. Mereka menekankan pentingnya konselor menemukan potensi kliennya yang unik. Misalnya, dengan mendorong klien untuk melihat ke dalam dan untuk menjelajah ke wilayah yang tidak dikenal dalam rangka menyadari potensi yang belum dimanfaatkan. (Zulfikar, Hariko, Muwakhidah, & Aritonang, 2017).
- 3) Jika dalam proses konseling belum menampilkan keberhasilan, maka konselor bisa menerapkan metode lain dalam menghadapi para penderita *nomophobia*. Salah satu metode yang bisa digunakan bagi penderita *nomophobia* yaitu metode konseling telepon Menurut John dari sudut pandang penelpon (klien), konseling telepon memiliki dua keunggulan utama dibandingkan dengan terapi langsung yaitu akses dan kontrol (McLeod, 2006).

## **2.3. Konsep Mahasiswa**

### **2.3.1. Pengertian Mahasiswa**

Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang proses menimba ilmu atau belajar dan terdaftar pendidikan pada salah

satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2012:5).

Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pementapan pendirian hidup (Yusuf, 2012: 27).

### **2.3.2. Peran Mahasiswa**

Menurut Siallagan (2013), ada 3 peran yang sangat penting bagi mahasiswa, yaitu :

- 1) Peran intelektual, mahasiswa sebagai orang yang ber intelektual, jenius, jeli dan harus bisa menjalankan hidupnya secara proporsional, sebagai seorang mahasiswa, anak serta harapat masyarakat.
- 2) Peran moral, mahasiswa adalah seorang yang hidup di kampus yang bebas berekspresi, beraksi, berdiskusi, dan berorasi. Mahasiswa harus bisa menunjukan perilaku yang bermoral dalam setiap tindakannya.
- 3) Peran sosial, mahasiswa sebagai seorang yang membawa perubahan, dimana harus selalu berfikir kritis dan bertindak

dengan kerelaan dan keikhlasan untuk menjadi pelopor,  
penyampai aspirasi dan pelayanan masyarakat.