

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pandemi COVID-19 menuntut berbagai kalangan usia untuk dapat melakukan kegiatan dari rumah dengan tujuan agar menghambat perluasan penyebaran virus. Salah satu alat elektronik yang dapat digunakan untuk membantu melakukan aktivitas dari rumah yakni *smartphone*. *Smartphone* di masa pandemi ini dianggap sangat membantu dalam melakukan aktivitas dari jarak jauh, selain itu *smartphone* dapat digunakan oleh berbagai kalangan usia terutama remaja.

Pusparisa, (2020) menyebutkan bahwa jumlah pengguna *smartphone* di dunia terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Pada tahun 2019, didapatkan data sebanyak 3,2 miliar penduduk yang menggunakan *smartphone*. Terdapat peningkatan sebanyak 5,6% dari tahun sebelumnya. Tahun 2022, jumlah pengguna *smartphone* diperkirakan mencapai 3,9 miliar pengguna.

Penggunaan *smartphone* memberikan dampak positif bagi para penggunanya terutama bagi para pelajar. Dampak positif yang didapatkan diantaranya adalah memberikan kemudahan dan keleluasaan bagi para remaja untuk mengakses internet dan mendapatkan informasi yang bermanfaat bagi mereka. Selain itu dampak positif yang juga didapatkan dari penggunaan *smartphone* yaitu dapat membantu memenuhi kebutuhan proses belajar para

pelajar jika ia sedang sakit atau berhalangan untuk hadir ke sekolah (Sarwar & Soomro, 2013).

Menurut *Univerity of Oxford*, durasi ideal seseorang menggunakan *smartphone* adalah paling lama 4 jam 17 menit. Durasi tersebut digunakan sebagai batas ideal seseorang dalam menggunakan *smartphone* nya yang digunakan untuk tujuan hiburan dan rekreasi seperti bermain video *game* serta bermain *social media*. Jika penggunaan *smartphone* melebihi batas penggunaan durasi ideal nya, maka *smartphone* dianggap dapat mengganggu aktivitas kerja otak remaja (Przybylski & Weinstein, 2017). Sejalan dengan pernyataan *Univerity of Oxford*, Kathiann (2014) menyebutkan bahwa penggunaan *smartphone* yang terlalu lama dapat menyebabkan kecanduan. Kecanduan adalah sebuah jenis kebiasaan yang tidak dapat terkontrol dan tidak sehat.

Kecanduan *smartphone* adalah sebuah perilaku ketergantungan pada *smartphone* yang berkemungkinan dapat menyebabkan individu menjadi menarik diri, sulit dalam beraktivitas sehari-hari atau adanya gangguan kontrol impuls (Kwon et al., 2013). Menurut Karuniawan & Cahyanti, (2013) dalam jurnalnya yang berjudul hubungan antara *academic stress* dengan *smartphone addiction* pada mahasiswa pengguna *smartphone* mengatakan bahwa kecanduan *smartphone* adalah suatu perilaku menggunakan *smartphone* tanpa adanya kontrol diri.

Seseorang dapat mengalami kecanduan *smartphone* disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor internal, faktor situasional, faktor eksternal dan

faktor sosial. Faktor eksternal disebabkan karena tingginya intensitas penggunaan *smartphone* (Agusta, 2016). Sejak terjadi pandemi COVID-19, remaja di Amerika yang berusia 11-13 mengalami peningkatan waktu dalam menatap layar dari sebelum pandemi sebesar 23% meningkat menjadi 47% sejak terjadi pandemi. Peningkatan waktu menatap layar juga terjadi pada remaja dengan usia 14-17 tahun, yaitu dari sebelum pandemi sebesar 32% kemudian meningkat menjadi 62% semenjak terjadi pandemi COVID-19 (Jhonson, 2021). Hal tersebut sesuai dengan salah satu penyebab seseorang mengalami kecanduan *smartphone* yaitu dari faktor eksternal.

Kecanduan *smartphone* membuat remaja mengalami berbagai masalah baik masalah fisik, mental, sosial maupun perilaku. Masalah mental yang dapat muncul menurut Gowthami & Venkatakrishnakumar, (2016) yakni mengalami gangguan tidur, muncul perasaan cemas, menjadi pribadi yang egois, dan mudah dimanipulasi. Selain itu masalah mental yang juga dapat timbul sebagai akibat dari kecanduan *smartphone* yaitu mengalami gangguan mental emosional (Suhana, 2018; Wiguna et al., 2010).

Gangguan mental dan emosional merupakan suatu tanda seseorang mengalami perubahan suasana hati yang akan berkembang menjadi suatu keadaan abnormal apabila keadaan ini terus berlanjut (Idaiani, 2010). Kondisi kesehatan mental merupakan salah satu beban utama penyakit bagi para remaja (WHO, 2011)

World Health Organization menyebutkan remaja yang mengalami gangguan mental di dunia sebanyak 10-20% remaja secara global, namun

hasil tersebut belum termasuk yang kurang terdiagnosis dan tidak diobati (WHO, 2020). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Indonesia, prevalensi gangguan mental dan emosional pada remaja di Indonesia adalah sebanyak 9,8%. Terjadi peningkatan jika dibandingkan dengan data Riskesdas pada tahun 2013 yang memiliki prevalensi sebanyak 6% (Riskesdas, 2018).

Hasil penelitian milik Asif & Rahmadi, (2017) yang berjudul „Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi dan Perilaku Remaja Usia 11-12 Tahun“ menyebutkan bahwa remaja usia 11-12 tahun yang mengalami kecanduan *smartphone* dengan gangguan mental emosional di beberapa SD yang terdapat di Semarang sebanyak 42,7%. Kemudian hasil penelitian milik Amalya et al., (2019) yang berjudul “Hubungan Adiksi *Smartphone* dengan Perilaku Mental dan Emosional pada Remaja di Wilayah Kecamatan Bandung Wetan” menyatakan bahwa remaja yang mengalami kecanduan *smartphone* dengan gangguan mental emosional di beberapa SMP di Bandung sebanyak 46,5%.

Remaja yang menggunakan *smartphone* secara berlebihan akan berdampak pada kesehatan mentalnya, dimana individu akan menjadi antisosial, sulit menyelesaikan tugas-tugasnya, menjadi acuh tak acuh, tidak suka berbaur dengan lingkungan dan orang disekitarnya (Pane et al., 2018). Selain itu penggunaan *smartphone* secara berlebihan juga mengakibatkan terjadinya penurunan fungsi individu dalam keluarga, pendidikan dan masyarakat (Kurniawan & Sulistyarini, 2017).

Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian terdapat beberapa faktor risiko

yang berkaitan dengan gangguan mental emosional antara lain seks, pelecehan, kenyamanan di sekolah, konsumsi alkohol dan obat-obatan, penyakit kronis, dan tingkat pendidikan. Selain faktor risiko yang disebutkan di atas, gangguan mental emosional juga dapat dipengaruhi oleh penggunaan *smartphone* dengan akses internet yang berlebihan, seperti penggunaan media sosial dan game online (Setiadi et al., 2019).

Peneliti memilih untuk melakukan penelitian di SMPN 05 Cikarang Selatan karena berbeda dengan smp lain yang memperbolehkan siswa-siswinya membawa *smartphone* ke sekolah, SMPN 05 Cikarang Selatan tidak memperbolehkan siswa-siswinya untuk membawa *smartphone* ke sekolah dengan alasan dapat mengganggu konsentrasi belajar. Namun ketika dilakukan razia, ternyata banyak siswa-siswi SMPN 05 Cikarang Selatan yang diam-diam membawa *smartphone* nya ke sekolah dengan alasan untuk hiburan. Hal ini sesuai dengan karakteristik dari kecanduan *smartphone*, dimana individu akan merasa hampa apabila tidak bersama *smartphone* nya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan kepada 5 siswa di SMPN 05 Cikarang Selatan, kelima siswa mengatakan bahwa mereka tidak sanggup jika diharuskan untuk tidak memiliki *smartphone*, kemudian 4 dari 5 siswa mengatakan bahwa ketika mereka sudah menghabiskan waktunya dengan *smartphone*, maka mereka menjadi lupa dengan pekerjaan yang lain. Selain itu dari durasi penggunaan *smartphone* 4 siswa mengatakan bahwa mereka menghabiskan waktu selama 5-8 jam untuk bermain *smartphone* dalam sehari. Selain itu siswa-siswi tersebut akan merasa marah apabila secara tiba-

tiba ada razia di sekolahnya dan mereka akan marah apabila sedang menggunakan *smartphone* nya untuk bermain game atau sosial media tiba-tiba diganggu oleh teman lainnya. Kemudian beberapa siswa ketika diwawancarai hasilnya menunjukkan adanya gejala perilaku mengganggu dan hiperaktivitas, kedua hal tersebut merupakan gejala dari gangguan mental emosional akibat kecanduan *smartphone*.

Berdasarkan dari uraian di atas, penggunaan *smartphone* yang berlebihan memberikan dampak buruk bagi para remaja. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimanakah hubungan antara *smartphone* addiction dengan gejala gangguan mental emosional pada remaja di smp negeri 5 cikarang selatan.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah „Bagaimanakah Hubungan Antara Kecanduan *Smartphone* Dengan Gejala Gangguan Mental Emosional Pada Remaja Di SMP Negeri 05 Cikarang Selatan ?“.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan antara kecanduan *smartphone* dengan gejala gangguan mental emosional pada remaja di SMP Negeri 05 Cikarang Selatan.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat kecanduan *smartphone* pada remaja di SMP Negeri 05 Cikarang Selatan.
2. Untuk mengetahui tingkat gejala gangguan mental emosional pada remaja di SMP Negeri 05 Cikarang selatan.
3. Untuk mengetahui hubungan tingkat kecanduan *smartphone* dengan gejala gangguan mental emosional pada reamaj di SMPN 05 Cikarang Selatan

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritik

Sebagai penambah teori dalam ilmu keperawatan mengenai masalah kecanduan *smartphone* dengan gejala gangguan mental emosional pada remaja.

1.4.2 Manfaat Praktik

1. Bagi Peneliti

Sebagai penambah wawasan peneliti mengenai hubungan kecanduan *smartphone* dengan gejala gangguan mental emosional pada remaja.

2. Bagi Orang Tua

Sebagai penambah informasi dan bahan bacaan bagi orang tua mengenai dampak kecanduan *smartphone* pada remaja agar orang tua dapat lebih memperhatikan anaknya dalam menggunakan

smartphone.

3. Bagi Puskesmas

- 1) Sebagai dasar untuk menjalankan program PKPR pada layanan konsultasi masalah kejiwaan.
- 2) Sebagai sumber data dasar untuk melakukan deteksi dini adanya gangguan mental emosional pada remaja.

4. Bagi Sekolah

Sebagai informasi bagi pihak sekolah dan guru untuk memberikan edukasi pada siswa-siswi mengenai dampak dari kecanduan *smartphone*.

1.5. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelatif untuk mencari tahu hubungan antar variabel dan pendekatan cross sectional. Variabel pada penelitian ini terdiri dari variabel independen yaitu kecanduan *smartphone* dan variabel dependen yaitu gejala gangguan metal emosional. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi SMPN 05 Cikarang Selatan yang berjumlah 873 siswa. Penelitian ini dilakukan di SMPN 05 Cikarang Selatan selama bulan April-Juni 2021.