

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nomophobia dari kata "*no mobile phone*" dan *phobia* "- adalah ketakutan yang tidak terkendali meninggalkan rumah tanpa *smartphone* atau kehabisan baterai (Yildirim & Correia, 2015). Saat ini, remaja dimanjakan oleh alat-alat teknologi dalam berbagai aktivitasnya. Rasa cemas dan takut yang muncul karena tidak memegang *smartphone* menjadi penyebabnya fenomena baru yang dikenal sebagai *nomophobia*. Beberapa orang dengan *nomophobia* juga menjauhkan diri dari interaksi sosial, dan lebih memilih menggunakan *smartphone* mereka karena merasa lebih nyaman, lebih aman, atau lebih berhasil saat menggunakan koneksi elektronik dibandingkan berinteraksi dengan dunia secara fisik langsung (Bragazzi & Del Puente, 2014). Tingkat keparahan *nomophobia* yang sangat serius yaitu *rinxiety* atau kecemasan seolah-olah mendengar ringtone atau disebut *phantom vibration syndrome*, yang terjadi bila ada persepsi yang salah terhadap ringtone ponsel tersebut (Widyastuti & Muyana, 2018). Namun pada kenyataannya, masih banyak pengguna *smartphone* yang cemas saat jauh dari *smartphonanya*. Sebuah organisasi riset yang meneliti penggunaan *smartphone* di Inggris, menemukan 53% pengguna *smartphone* cenderung mengalami kecemasan ketika kehilangan jaringan, kehabisan baterai, dan ketika jauh dari *smartphone* (Mathew et al., 2013).

Otoritas pemerintah mengakui bahwa ada risiko mutlak akibat terlalu sering menggunakan *smartphone*, seperti gejala depresi, yang ditandai dengan hilangnya minat dalam aktivitas sehari-hari dan dengan perasaan putus asa yang dalam, serta

beberapa penelitian menemukan korelasi antara depresi dan penggunaan internet, yaitu bersama dengan harga diri yang rendah, *self-efficacy*, dan kepuasan hidup, secara klinis terkait dengan tingkat kecanduan teknologi yang lebih tinggi (Adawi et al., 2019). Namun karena hasil penelitiannya terbatas, tidak ada standard verifikasi dengan kecanduan *smartphone* atau karakteristik pengguna yang dimaksud, sehingga belum memungkinkan untuk menarik kesimpulan yang jelas, maka dari itu hal tersebut perlu diketahui determinan kejadian *nomophobia* pada remaja karena penyebabnya belum dapat dijelaskan.

Jumlah pengguna *smartphone* di Asia Tenggara telah berkembang sangat pesat pada akhir tahun 2012, diperkirakan setengah dari anak usia 6-12 tahun menggunakan *smartphone*. Pew Research Center's M.T.F.S mengatakan 90% dari populasi orang dewasa Amerika Serikat, 58% memiliki *smartphone*, 83% dari mereka yang memiliki *smartphone* berusia (18-29) tahun, 74% adalah (30-49) tahun, 49% adalah (50-64) tahun, 19% adalah 65 tahun Tahun (Cumiskey, 2011). Hasil survei menunjukkan, (66%) responden mengaku tidak bisa hidup tanpa *smartphone*. Persentase ini semakin banyak pada responden berusia 18-24 tahun. *Nomophobia* menunjukkan tingkat keparahan paling tinggi pada individu di rentang usia 18-25 tahun (Kanmani et al., 2017). Pernyataan ini didukung oleh beberapa penelitian antara lain Secure Envoy pada studinya tahun 2012 menunjukkan bahwa individu berusia 18-25 tahun memiliki perilaku *nomophobic* paling tinggi sebanyak 77% yang mana responden pada kelompok usia ini mengalami kecemasan dan ketakutan jauh dari *smartphone* (Yildirim & Correia, 2015). Berdasarkan hasil riset, Kementerian Komunikasi dan Informasi mengungkap penggunaan *smartphone* pada 2018, penduduk Indonesia mencapai

100 juta jiwa, menempati urutan ke empat di dunia setelah Cina, India dan Amerika (Indah Rahmayani, 2015).

Nomophobia banyak terjadi terutama di kalangan pelajar dan mahasiswa. Beberapa penelitian telah menyelidiki prevalensi *nomophobia* di kalangan pelajar, memperkirakan bahwa sekitar 40% dari mereka menunjukkan *nomophobia* dan hampir 30% siswa berisiko mengembangkannya (Yildirim et al., 2016). Menurut survey yang dilakukan oleh SecurEnvoy (2014) mengungkapkan, bahwa gangguan *nomophobia* meningkat secara signifikan yang awalnya adalah 53% tahun 2008 sekarang menjadi 66%, dimana terdapat 1000 orang sebagai responden, dan di Universitas Airlangga menemukan 88% dari 380 responden mengalami *nomophobia* dengan rentang usia 18-23. (Putri Mayangsari & Dian Ariana, 2015). Menurut Joshi (2013), dampak kesehatan ketika individu sering menggunakan *smartphone*, yaitu risiko kanker tinggi, jumlah sperma lebih rendah, *Carpal Tunnel Syndrome* dan risiko yang besar mengalami kecelakaan. Sedangkan dampak psikologis dan sosial yang terjadi ketika sering menggunakan *smartphone*, yaitu tidak bisa fokus ketika bercakap dan berinteraksi di dunia nyata, dan tidak jarang berhalusinasi ketika ada pemberitahuan dari sosial media di *smartphone* yang diakibatkan karena sering menghabiskan waktu mengecek layar *smartphone* (Agniwijaya & Hamidah, 2019). Studi juga menunjukkan penggunaan *smartphone* meningkatkan risiko kecelakaan ketika berkendara menggunakan *smartphone*, *Text Neck* (rasa sakit pada bahu atau kepala yang disebabkan oleh postur badan yang tegang ketika menatap kebawah pada layar *smartphone* saat kita lama mengetik).

Faktor yang memicu munculnya kejadian *nomophobia* diprovokasi oleh beberapa faktor internal dan eksternal. (Park et al., 2013), misalnya, menyarankan agar pengguna menunjukkan peningkatan ketergantungan pada *smartphone* saat mereka menganggapnya berguna dan mudah digunakan, motivasi untuk inklusi sosial dan penggunaan *smartphone* adalah dua faktor penting meningkatkan persepsi pengguna tentang kegunaan dan kemudahan yang dirasakan pada penggunaan *smartphone*. Selain itu, perasaan inovatif saat menggunakan *smartphone* berdampak besar pada pengguna untuk tetap menggunakan *smartphone*. (Argumosa-Villar et al., 2017) menyatakan sejumlah studi meneliti prediktor di balik *nomophobia*, kecanduan *smartphone*, atau ketergantungan. Beberapa prediktor ini termasuk faktor individu, sedangkan beberapa di antaranya adalah faktor psikologis. Kesepian juga berkorelasi signifikan dengan *nomophobia* (Gezgin et al., 2018). Ada pula beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya *nomophobia*, yaitu tingkat penggunaan, kebiasaan, dan ketergantungan berdampak kecemasan dalam penggunaan *smartphone* (Widyastuti & Muyana, 2018).

Sebuah penelitian meneliti tentang faktor sosiodemografi berhubungan dengan *nomophobia*, yang menyoroti tentang jenis kelamin yang menghasilkan hasil yang beragam (Argumosa-Villar et al., 2017). Temuan tentang pengaruh gender pada *nomophobia* tidak meyakinkan. Sejumlah studi menemukan pengguna pria lebih kecanduan *smartphone* daripada wanita. Sebaliknya, penelitian lain menunjukkan bahwa pengguna wanita juga demikian lebih banyak kecanduan dan terlibat dengan *smartphone* daripada laki-laki (Kwon, Lee, et al., 2013)

Literature review ini dilakukan karena masih terbatasnya fokus penelitian tentang determinan *nomophobia* pada remaja, dan juga untuk menjembatani penemuan yang kontradiksi. Penulis berharap bahwa hasil penelitian literatur review ini dapat digunakan sebagai pengembangan ilmu keperawatan yang berhubungan dengan determinan faktor kejadian *nomophobia* pada remaja. Oleh karena itu peneliti ingin melakukan *literature review* yaitu determinan faktor yang berhubungan dengan kejadian *nomophobia* pada remaja.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah faktor-faktor determinan kejadian *nomophobia* pada remaja?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan determinan faktor *nomophobia* pada remaja berdasarkan hasil studi literatur.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi faktor internal remaja mengalami *nomophobia*.
2. Mengidentifikasi faktor eksternal remaja mengalami *nomophobia*.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai informasi ilmiah dalam pengembangan ilmu keperawatan jiwa tentang faktor penyebab kejadian *nomophobia*.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Perawat

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh perawat terutama keperawatan jiwa,

dalam upaya promosi kesehatan kepada masyarakat mengenai determinan *nomophobia* pada pengguna *smartphone*.

2. Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan peneliti tentang determinan *nomophobia* pada pengguna *smartphone*.

3. Instansi

Dapat digunakan oleh instansi kesehatan seperti puskesmas dan rumah sakit untuk mengetahui tentang determinan *nomophobia* pada remaja pengguna *smartphone*.