

# HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN *LOCUS OF CONTROL* TERHADAP KECENDERUNGAN *NOMOPHOBIA* PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS AIRLANGGA SURABAYA

Yunatan Iko Wicaksono<sup>1</sup>, Margarita Maria Maramis<sup>2</sup>

---

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar belakang

*Smartphone* menjadi semakin populer karena beberapa aplikasi seperti aksesibilitas mudah ke informasi, konektivitas sosial, aplikasi tempat kerja, kenyamanan, mobilitas dan sebagainya selain melakukan panggilan telepon (Alosaimi *et al.*, 2016). Hal tersebut menjadikan *smartphone* menjadi kebutuhan yang penting untuk mahasiswa terutama mahasiswa kedokteran. Data dari fakultas kedokteran Universitas Airlangga Surabaya didapatkan jumlah mahasiswa yang aktif pada tahun 2022 yaitu sejumlah 1089 mahasiswa yang menggunakan *smartphone*. Beragam manfaat yang diberikan oleh telepon genggam memudahkan mahasiswa dalam berkomunikasi tanpa harus bertatap muka dan juga mencari informasi terkait dengan kehidupan sosial dan lingkup pergaulan, serta dapat menggunakan fasilitas-fasilitas grup diskusi dalam aplikasi yang disediakan pada *smartphone* (Putri, 2019). Penggunaan ponsel cerdas yang bermasalah terhubung dengan masalah kesehatan mental, termasuk depresi dan

---

<sup>1</sup> Dokter umum, peserta PPDS 1 Ilmu Psikiatri Departemen/SMF Ilmu Kedokteran Jiwa FK Universitas Airlangga/RSUD Dr. Soetomo Surabaya

<sup>2</sup> Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa/Psikiater, Staf pengajar pada Departemen/SMF Ilmu Kedokteran Jiwa FK Universitas Airlangga/RSUD Dr. Soetomo Surabaya

kecemasan. Turkle (2012) menyatakan komunikasi *online* yang berlebihan membawa dampak terjadinya *nomophobia* yang artinya adalah ketakutan akan kurangnya komunikasi, tidak mampu mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan untuk komunikasi tatap muka dan munculnya efek psikologis yang negatif (Durak, 2018). Istilah *NOMOPHOBIA* atau *NO Mobile phone PhoBIA* digunakan untuk menggambarkan kondisi psikologis ketika orang memiliki rasa takut terhadap terlepas dari konektivitas ponsel (Bhattacharya *et al.*, 2019).

*Nomophobia* memengaruhi perkembangan gangguan mental, gangguan kepribadian dan juga masalah *self esteem*, kesepian, dan kebahagiaan individu, terutama pada remaja (Rodríguez-García *et al.*, 2020). *Nomophobia* menyebabkan meningkatnya depresi, kecemasan, stress, kemarahan, agresivitas, kegugupan, emosional tidak stabil, dan menderita kualitas tidur yang rendah (Syahputra and Erwinda, 2020). Sebuah studi di AS menemukan hubungan antara penggunaan internet berlebihan dan risiko bunuh diri remaja. Studi lain yang telah dilaksanakan di Uni Eropa, dengan sampel 11.356 remaja sekolah, menunjukkan korelasi antara penggunaan internet yang bermasalah dan perilaku bunuh diri (Kim *et al.*, 2019).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi *nomophobia* diantaranya adalah faktor internal (*sensation seeking*, *self esteem*, kepribadian dan kontrol diri), faktor situasional, faktor sosial dan faktor eksternal (tingginya paparan media ponsel dan fasilitasnya) (Asih, 2017). *Self efficacy* dan *locus of control* adalah faktor yang penting dalam terjadinya *nomophobia*. *Self efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatur dan melakukan tindakan untuk mencapai hasil tertentu. *Self efficacy* dapat membantu meningkatkan kemampuan seseorang

untuk mengelola kesulitan yang dihadapi dan memungkinkan seseorang untuk melihat situasi yang menuntut sebagai tantangan atau situasi yang mengancam (Clifford, 2018). *Self efficacy* merupakan salah satu protektor dalam mengatasi kecemasan seseorang. Hal tersebut akan mempengaruhi *nomophobia* karena individu dengan *nomophobia* cenderung menunjukkan gejala kecemasan (Anggoro and Handiyani, 2022). Sedangkan *locus of control* dianggap oleh banyak peneliti sebagai komponen penting penyesuaian emosi dan kemampuan untuk menangani stres serta *general well being* (Cooper et al., 2001). Selain itu ada hubungan yang signifikan antara *locus of control* dan perilaku kompulsif. Temuan membuktikan bahwa perilaku kompulsif dalam konteks ponsel cerdas memiliki kesamaan dengan bentuk perilaku kompulsif lainnya seperti eksploitasi kartu kredit, kecanduan narkoba dan alkohol serta adiksi internet (Lee et al., 2014).

*Self efficacy* dan *locus of control* keduanya penting untuk mencegah terjadinya *nomophobia*. *Self efficacy* yang tinggi dan *locus of control internal* idealnya akan menjadikan seseorang mampu untuk mengontrol pemakaian *smartphone* sesuai dengan kebutuhan sehingga tidak terjadi *nomophobia*. Saat ini belum ada penelitian tentang hubungan kedua variabel tersebut terhadap kecenderungan *nomophobia*.

Tingkat *nomophobia* yang tinggi banyak ditemukan pada mahasiswa kesehatan (keperawatan dan kedokteran) (Rodríguez-García et al., 2020). Hal ini mungkin disebabkan karena perilaku *nomophobia* muncul berdampingan dengan kebutuhan mengakses internet (Fadhilah et al., 2021). Sistem pembelajaran mahasiswa kesehatan saat ini yang banyak menggunakan ponsel dan internet bisa

mempengaruhi terjadinya *nomophobia*. Sebuah studi yang dilakukan pada mahasiswa kesehatan melaporkan bahwa mereka mayoritas menggunakan ponsel di kelas dan pada saat praktikum (Fadhilah et al., 2021). Hal ini didukung juga dengan masa pandemi covid-19 yang mewajibkan semua untuk tetap bekerja dan belajar secara *online* agar mahasiswa menggunakan *smartphone* supaya tetap bisa mengakses perkuliahan (Pasongli et al., 2020). Dengan alasan – alasan tersebut di atas, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian dalam rangka mengetahui pengaruh *self efficacy* dan *locus of control* terhadap kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Airlangga Surabaya. Penelitian ini belum pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya sehingga diharapkan dapat memberi kontribusi pada bidang psikiatri.

## **1.2 Rumusan masalah**

Apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* dan *locus of control* terhadap kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya pada tahun 2022.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menganalisis hubungan antara *self efficacy* dan *locus of control* terhadap kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya pada tahun 2022.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan profil *self efficacy* mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya pada tahun 2022.
2. Mendeskripsikan profil *locus of control* mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya pada tahun 2022.
3. Mendeskripsikan kecenderungan *nomophobia* mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya pada tahun 2022.
4. Menganalisis hubungan antara *self efficacy* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya pada tahun 2022.
5. Menganalisis hubungan antara *locus of control* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya pada tahun 2022.
6. Menganalisis hubungan antara *self efficacy* dan *locus of control* dengan kecenderungan *nomophobia* pada mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya pada tahun 2022.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Ilmiah dan Teoritis

#### 1.4.1.1 Referensi

Dapat dipakai sebagai data awal atau pembanding untuk penelitian selanjutnya, yang nantinya dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

#### **1.4.1.2 Manfaat bagi Peneliti**

Menambah perbendaharaan ilmu pengetahuan mengenai *self efficacy*, *locus of control* dan serta hubungannya dengan *nomophobia* pada mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga tahun 2022.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

##### **1.4.2.1 Manfaat bagi Pelayanan**

Hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai landasan terapi untuk mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga tahun 2022.

##### **1.4.2.2 Manfaat bagi Preventif pada Institusi**

1. Hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai landasan intervensi preventif dan kuratif untuk mengatasi terjadinya *nomophobia* pada mahasiswa S1 Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga tahun 2022.
2. Hasil penelitian ini dapat dipakai sebagai referensi dalam menentukan metode pengajaran dan bimbingan untuk mahasiswa mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga dengan meminimalkan terjadinya *nomophobia*.

##### **1.4.2.3 Manfaat bagi Mahasiswa**

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan umpan balik (*feedback*) kepada responden penelitian tentang pengaruh *self efficacy* dan *locus of control* terhadap *nomophobia*.
2. Responden penelitian yang mengalami *nomophobia* dibantu oleh peneliti untuk mengatasi masalahnya sehingga responden dapat mengurangi derajat *nomophobianya*.

### 1.5 Risiko Penelitian

Penelitian ini menggunakan kuesioner dengan menggunakan *google form*, dimana responden dapat mengalami efek samping psikologis misalnya ketidaknyamanan akibat interpretasi hasil penelitian akan tetapi hal itu bisa diminimalisir dengan psikoterapi. Maka dari itu akan diberikan pendampingan oleh peneliti dibawah supervisi pembimbing penelitian jika terjadi efek samping yang tidak diinginkan. Peneliti memberikan jaminan untuk menjaga rahasia penelitian dan membantu dengan memberikan konseling bila diperlukan. Identitas pribadi responden (inisial nama, alamat email dan nomor telepon) akan dijamin kerahasiaannya dan tidak akan dipublikasikan. Jika ada pihak ketiga yang menginginkan data dan hasil kuesioner tersebut, maka harus melalui permintaan tertulis dan mendapat persetujuan dari responden.

### 1.6 Penelitian terdahulu

Berdasarkan hasil penelusuran kepustakaan, belum ditemukan penelitian yang sama atau serupa dengan penelitian ini.