

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO) remaja adalah penduduk dengan rentang usia 10-19 tahun. Definisi remaja lainnya menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun (2014) menyatakan bahwa remaja adalah penduduk yang berumur 10-18 tahun. Kata remaja berasal dari bahasa latin yaitu *adolescens* yang berarti *to grow maturity* yang artinya tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Masa remaja merupakan masa persiapan menuju dewasa yang akan melewati beberapa tahapan perkembangan penting dalam kehidupan, remaja mengalami tahapan menuju kemandirian sosial dan ekonomi, membangun identitas, mempunyai kemampuan memasuki kehidupan masa dewasa serta kemampuan bernegosiasi (Endang 2020).

WHO (2017) di Asia Tenggara terdapat 350 juta remaja 22% dari total populasi. Menurut Sensus Penduduk Indonesia (2020) bahwa jumlah remaja mencapai 67,27.264,9 juta jiwa, sedangkan penduduk remaja Provinsi Sumatera Barat mencapai 1.459.643 juta jiwa (Badan Pusat Statistik 2021). Perkembangan pada remaja adalah proses mencapai dewasa, dalam proses untuk mencapai dewasa, remaja melalui berbagai tahap tumbuh kembang, tahap remaja merupakan masa transisi antara masa anak- anak menuju masa dewasa, pada tahap tumbuh kembang remaja terjadi perubahan-perubahan psikologis serta kognitif untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal (Endang 2020).

Kecemasan merupakan gangguan psikologis yang memiliki karakteristik keprihatinan berkepanjangan terhadap sesuatu, semakin sering remaja menggunakan *smartphone* dalam kehidupan sehari-hari maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dimiliki pada *smartphone*. Masalah yang ditunjukkan adalah tidak sabar ketika mengalami penundaan, merasa kesal, menjadi marah karena hal-hal sepele, mudah tersinggung dan kelelahan karena cemas (Fitriasari et al., 2021)

Kecemasan remaja timbul karena mereka tidak dapat melakukan panggilan mengirim pesan, browsing atau melakukan kontak apapun dengan orang lain. Penggunaan *smartphone* tanpa kontrol akan mendatangkan permasalahan sosial dilingkungan sekitarnya, hal tersebut akan membuat remaja menarik diri dari lingkungan sosialnya, dan memicu timbulnya perasaan cemas dan kehilangan jika berjauhan dengan *smartphone*. Penggunaan *smartphone* merupakan salah satu faktor remaja yang mempengaruhi tingkat kecemasan pada *nomophobia*. (Fitriasari et al., 2021)

Penggunaan *smartphone* merupakan masalah yang paling rentan terjadi dikalangan remaja dengan karakteristiknya yang selalu ingin mencoba hal-hal yang baru. Pengguna *smartphone* yang berlebihan pada remaja akan berdampak pada tingkat kecemasan remaja, dampaknya juga dapat menyerang mental remaja dan cenderung menjadi pribadi yang penakut dan tidak percaya diri, di zaman modern sekarang remaja cenderung merasa cemas jika tidak menggunakan *smartphone* dalam waktu sehari (Hasanah et al., 2020).

Menurut Agusta et al (2016) dampak negatif bagi pengguna *smartphone* pada remaja yang berlebihan mengganggu kesehatan secara langsung yaitu radiasi sinyal yang dipancarkan oleh *smartphone*. Salah satu devisa kesehatan dunia yaitu WHO (2019) menyatakan bahwa dampak dari penggunaan *smartphone* bagi kesehatan remaja bisa menyebabkan kanker otak, penggunaan *smartphone* yang berlebihan akan menyebabkan radiasi elektromagnetik yang bisa mempengaruhi tubuh dan mengakibatkan vertigo, leukemia, insomnia, dan kanker payudara.

Nikolić (2021) Penggunaan *smartphone* merupakan masalah yang banyak terjadi di berbagai tempat di Asia terdapat 587 siswa SMA di India menunjukkan hasil sebanyak 53.62% yang mengalami kecemasan saat jauh dari *smartphone*, dan sebanyak 33.3% yang mengalami kecemasan rendah saat berjauhan dari *smartphone*. Di Indonesia menunjukkan hasil survey (66%) remaja mengaku tidak bisa hidup tanpa telpon selulernya, persentase ini menunjukkan Sebanyak (77%) remaja mengalami kecemasan dan ketakutan jauh dari *smartphone*.

Nomophobia atau bisa di kenal dengan singkatan “*No Mobile Phone Phobia*” merupakan penyakit yang tidak bisa jauh dari *smartphone*, *nomophobia* yang dialami seseorang individu terhadap *smartphone* bisa mendatangkan kekhawatiran atau kecemasan yang berlebihan. *Nomophobia* merupakan suatu keadaan dimana timbulnya perasaan cemas jika seseorang dijauhkan dari *smartphone* (Ramaita et al 2019).

Dampak yang dirasakan dari *nomophobia* adalah kesehatan fisik dan psikologis, dampak fisik kurangnya tidur, ketegangan otot mata, sakit kepala dan bisa menyebabkan tumor otak (Meisyalla, 2022). Dampak kejiwaan seperti harga diri rendah, kecemasan, depresi, *bullying*, dan perilaku kekerasan, individu yang mengalami *nomophobia* memiliki ciri-ciri tidak pernah mematikan ponsel, terobsesi untuk mengecek pesan dan panggilan, membawa ponsel kemana-mana dan merasa cemas ketika tidak terkoneksi dengan jaringan internet atau kehabisan kuota, *nomophobia* dianggap sebagai fobia zaman modern dan produk sampingan dari interaksi antara individu dan teknologi baru (Triantoro 2022).

Menurut Ramaita et al (2019) mengemukakan 25% dari pengguna *smartphone* di Asia merupakan mayoritas dari kalangan remaja terutama siswa sekolah menengah atas yang mengalami *nomophobia* (Ramaita et al, 2019). Di Indonesia penelitian yang dilakukan oleh (Nikolić, Alexandra 2021) pada siswa 16-19 tahun sebanyak 650 sampel pengguna *smartphone* diperoleh sebanyak 359 (55.2%) siswa mengalami *nomophobia* dari total 25% (16,7 juta) siswa pengguna *smartphone* terdapat 68,9% (11,5 juta), mengalami *nomophobia*. responden yang berusia 18 sampai 24 tahun, dimana responden di kelompok usia ini sebanyak 77% mengalami *nomophobia*.

Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Fadhilah et al., 2021) kejadian *nomophobia* pada remaja SMA 3 Padang dengan menggunakan teknik *cluster sampling* dengan jumlah sampel penelitian yang didapatkan sebanyak 147 responden, dan mendapatkan hasil bahwa jumlah yang mengalami

nomophobia ringan sebanyak 6,8% mengalami *nomophobia* dan sebanyak 40,6% mengalami *nomophobia* sedang, dan 45,7% mengalami *nomophobia* berat.

Menurut Dinas Pendidikan Sumatera Barat 2021 melaporkan dari jumlah SMA di Kota Padang sebanyak 30 SMA Negeri dan SMA Swasta berjumlah sebanyak 75 SMA di kota Padang, dan SMA yang memiliki jumlah siswa terbanyak salah satunya terdapat di SMAN 5 Padang. SMAN 5 Padang merupakan SMA yang memiliki jumlah siswa terbanyak yang ada di Kota Padang yaitu sebanyak 1.093 Siswa. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 17 Februari 2023 di SMA Negeri 5 Padang kepada 10 orang siswa yang dipilih secara acak dengan melakukan wawancara dan membagikan kuesioner. Pada saat wawancara hampir semua siswa/siswi membawa dan menggunakan *smartphone* ke sekolah.

Pada saat wawancara didapatkan hasil bahwa 8 dari 10 siswa mengatakan lebih dari 4 tahun lalu sudah memiliki *smartphone*, 7 orang siswa mengatakan durasi penggunaan *smartphone* dalam sehari lebih dari 6 jam, lalu 6 orang siswa mengatakan memeriksa *smartphone* setiap 5 sampai 10 menit sekali sehingga tidak melewatkan percakapan orang lain dalam segala media sosial dan aplikasi manapun. Kemudian 7 orang siswa mengatakan bahwa kehabisan baterai *smartphone* akan membuat mereka cemas dan gelisah, dan 8 orang siswa merasa tidak nyaman dan cemas jika pulsa atau kuota habis. Peneliti juga menjelaskan dampak dari penggunaan *smartphone* bagi remaja dapat menyebabkan insomnia yaitu kurangnya kualitas tidur atau sulit memulai tidur, dan sering terbangun dari

tidur, kemudian vertigo adalah dimana individu merasa disekelilingnya berputar, dan leukimia merupakan penyakit infeksi disertai timbulnya luka pada selaput lendir, demam, napas cepat, mimisan dan pendarahan saluran cerna dan system saluran kemih.

Berdasarkan fenomena diatas maka peneliti telah melakukan penelitian tentang Hubungan faktor usia dan jenis kelamin dengan tingkat kecemasan pada remaja dalam menggunakan *smartphone* di SMAN 5 Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan pada latar belakang di atas, maka rumusan masalah yang di ajukan dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada Hubungan faktor usia dan jenis kelamin dengan tingkat kecemasan pada remaja dalam menggunakan *smartphone* di SMAN 5 Padang.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk diketahui Hubungan faktor usia dan jenis kelamin dengan tingkat kecemasan pada remaja dalam menggunakan *smartphone* di SMAN 5 Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi jenis kelamin dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMAN 5 Padang
- b. Diketahui distribusi frekuensi usia dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMAN 5 Padang.

- c. Diketahui hubungan usia dan jenis kelamin dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMAN 5 Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Adapun manfaat penelitian yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Bagi penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu dan meningkatkan pengetahuan peneliti tentang hubungan faktor usia dan jenis kelamin dengan tingkat kecemasan pada remaja dalam menggunakan *smartphone* di SMAN 5 Padang.

- b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi untuk penelitian selanjutnya dalam menemukan faktor resiko lain yang terkait dengan *nomophobia* dengan metode yang berbeda.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah dan membantu memperkaya pengetahuan remaja khususnya remaja di SMAN 5 Padang dalam mengenali tanda-tanda *nomophobia* dan meningkatkan kesadaran terhadap bahaya ataupun dampak dari *nomophobia*.

- b. Bagi Stikes Alifah Padang

Sebagai bahan bacaan dan menambahkan pengetahuan dan wawasan terkait *nomophobia*.

E. Ruang lingkup

Penelitian ini membahas tentang “Hubungan faktor usia dan jenis kelamin dengan tingkat kecemasan pada remaja dalam menggunakan *smartphone* di SMAN 5 Padang 2023. Variabel independen adalah usia dan jenis kelamin, sedangkan variabel dependen adalah *nomophobia* dengan tingkat kecemasan. Penelitian ini mengukur *nomophobia* dengan menggunakan kuesioner NMP-Q (*Nomophobia-Questioner*), dan tingkat kecemasan diukur menggunakan *kuesioner Hamilton Rating Scale For Anxiety*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 17 Juli 2023 sampai 20 Juli 2023. Penelitian ini dilakukan di SMAN 5 Padang dengan populasi 340 siswa/siswi kelas X di SMA 5 Padang dengan jumlah sampel 77 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan menggunakan aplikasi *lucky wheel*. Variabel independen dan dependen di analisis dengan komputerisasi untuk melihat analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan *uji chi-square* ($p \leq 0,05$).

