

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Ponsel pintar – atau *smartphone* – merupakan sebuah ponsel yang dapat terhubung ke internet serta memiliki fungsi yang serupa dengan sebuah komputer^[1]. Seiring dengan perkembangan zaman, tidak dapat dipungkiri bahwa ponsel pintar telah menjadi bagian penting dari kehidupan manusia. Sebuah survei menemukan bahwa pada tahun 2016, sebanyak tujuh miliar penduduk dunia dari berbagai kalangan usia menggunakan ponsel pintar. Kalangan dewasa muda dengan rentang umur 19 – 36 tahun, terutama mereka yang sedang menempuh pendidikan tinggi sebagai mahasiswa, merupakan kalangan yang tercatat paling bergantung kepada ponsel pintar dalam melakukan aktivitas sehari-hari^[2,3]. Sementara itu, di Indonesia ditemukan bahwa di salah satu studi yang dilakukan pada sebuah universitas, lebih dari 95% mahasiswanya menggunakan ponsel pintar^[4].

Akan tetapi, meningkatnya penggunaan ponsel pintar dalam kegiatan sehari-hari menyebabkan munculnya pemakaian berlebihan yang mengarah ke adiksi ponsel pintar. *World Health Organization* atau WHO pun juga mengatakan bahwa peningkatan pemakaian ponsel pintar diiringi dengan peningkatan kasus-kasus adiksi ponsel pintar yang mulai menjadi masalah kesehatan di beberapa negara^[5]. Di Indonesia sendiri, sebuah penelitian yang dilakukan di salah satu fakultas kedokteran ternama menemukan hasil yang mengkhawatirkan, bahwa sebanyak 89.8% dari 206 mahasiswanya mengalami adiksi ponsel pintar^[6].

Adiksi ponsel pintar membawa banyak sekali dampak buruk, seperti masalah kognitif seperti menurunnya kemampuan berpikir, masalah psikis seperti stres dan depresi, gangguan kepribadian, serta gangguan kesehatan seperti masalah mata dan masalah muskuloskeletal (MSK)^[7,8,9]. Sebuah riset yang dilaksanakan di antara mahasiswa kedokteran *Qassim University*, Saudi Arabia, menemukan bahwa gangguan muskuloskeletal yang paling berhubungan dengan adiksi ponsel pintar adalah nyeri leher^[9,10].

Hal ini dikatakan dapat terjadi karena individu dengan adiksi ponsel pintar menghabiskan waktu yang lebih lama menggunakan ponsel pintar per harinya dibandingkan dengan individu tanpa adiksi^[11]. Lamanya durasi menggunakan ponsel pintar menyebabkan individu dengan adiksi akan mempertahankan posisi fleksi dari tulang belakang leher untuk durasi yang cukup lama^[10,12]. Hal ini menyebabkan adanya peningkatan aktivitas dan stres pada otot-otot leher dan tulang servikal. Inilah yang menyebabkan munculnya nyeri leher pada individu dengan adiksi ponsel pintar^[13,14,15].

Akan tetapi, terdapat penelitian yang menemukan hasil yang berbeda, bahwa tidak ada hubungan antara postur leher yang dimiliki seorang individu dengan adiksi ponsel pintar dengan nyeri leher atau frekuensi terjadinya nyeri leher^[16]. Selain itu, sejauh ini belum ada penelitian yang meninjau hubungan tersebut pada mahasiswa kedokteran Indonesia. Oleh karena itu, peneliti hendak meneliti lebih lanjut apakah terdapat hubungan antara adiksi ponsel pintar dengan indeks disabilitas nyeri leher pada mahasiswa kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.2 Perumusan Masalah

Tingginya angka adiksi ponsel pintar yang timbul akibat meningkatnya penggunaan ponsel pintar dalam kegiatan sehari-hari merupakan suatu masalah yang mengkhawatirkan^[5]. Selain membawa dampak-dampak buruk seperti masalah psikis, kognitif, dan gangguan kepribadian, adiksi ponsel pintar juga menyebabkan gangguan muskuloskeletal, terutama nyeri leher.

Memang sudah terdapat beberapa penelitian mengenai hubungan adiksi ponsel pintar dan gangguan MSK yang muncul^[9,10]. Akan tetapi, masih ada penelitian lain yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan di antara kedua hal tersebut^[16]. Selain itu, belum ada penelitian yang meninjau hubungan tersebut di Indonesia, terutama pada mahasiswa fakultas kedokteran yang tercatat di salah satu universitas memiliki persentase adiksi ponsel pintar yang tinggi, serta secara spesifik meninjau hubungan antara adiksi ponsel pintar dengan nyeri leher – jenis gangguan MSK yang paling sering muncul bersamaan dengan adiksi ponsel pintar^[9,10]. Oleh karena itu, peneliti hendak melakukan penelitian mengenai hubungan antara adiksi ponsel pintar dengan indeks disabilitas nyeri leher pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan untuk meneliti lebih lanjut mengenai masalah ini.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara adiksi ponsel pintar dengan indeks disabilitas nyeri leher pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara adiksi ponsel pintar dengan indeks disabilitas nyeri leher pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui prevalensi adiksi ponsel pintar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- b. Untuk mengetahui prevalensi indeks disabilitas nyeri leher pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademis

- a. Memberikan pengetahuan terhadap responden dan pembaca mengenai nyeri leher dari adiksi ponsel pintar.
- b. Menjadi referensi untuk penelitian lain yang berkaitan dengan hubungan adiksi ponsel pintar dengan nyeri leher.

1.5.2 Manfaat Praktis

- a. Dapat meningkatkan pengetahuan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan dan masyarakat umum

mengenai hubungan adiksi ponsel pintar dengan indeks disabilitas nyeri leher.

- b. Dapat mengedukasi dan meningkatkan kesadaran mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan dan masyarakat umum akan adiksi ponsel pintar dan dampak yang dapat ditimbulkan.
- c. Dapat mengurangi perilaku penggunaan ponsel pintar yang berlebihan melalui edukasi tentang adiksi ponsel pintar serta dampak yang dapat ditimbulkan.

