

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di zaman modern ini, rasanya jarang sekali ada orang yang tidak memiliki ponsel pintar atau smartphone. Harganya yang terjangkau serta berbagai fitur menarik yang disediakan oleh penyedia smartphone membuat semua kalangan memiliki ponsel pintar sehingga kehadirannya merupakan suatu hal yang tidak dapat dipisahkan dengan kehidupan sehari-hari masyarakat.

Kehadiran ponsel pintar memang membuat semua pekerjaan kita menjadi mudah, bahkan kita dapat menjelajahi dunia ini hanya dengan ponsel pintar. Banyak juga permainan online yang tersedia secara gratis sehingga memudahkan kita untuk mendapatkan hiburan. Hal-hal tersebutlah yang membuat masyarakat menggunakan ponsel pintar setiap hari bahkan setiap saat. Penelitian yang dilakukan Severin Haug dkk menunjukkan bahwa durasi penggunaan ponsel pintar memiliki asosiasi dengan adiksi ponsel pintar¹. Selain itu, penelitian tersebut menunjukkan bahwa prevalensi adiksi ponsel pintar cenderung terjadi pada usia remaja yaitu 15 -- 16 tahun dan jarang terjadi pada usia di atas 19 tahun. Hasil penelitian tersebut juga didukung oleh hasil penelitian Mawapury dkk yang menunjukkan bahwa remaja lebih mungkin mengalami adiksi ponsel pintar dari pada usia dewasa awal². Namun, ada juga beberapa penelitian yang mendapati adanya adiksi ponsel pintar di kalangan mahasiswa khususnya mahasiswa kedokteran, seperti penelitian yang dilakukan oleh Calvin Tjugito di Fakultas Kedokteran UPH menemukan bahwa 55.4% sampel yang ia teliti mengalami adiksi ponsel pintar, selain itu dalam penelitian ini juga ditunjukkan bahwa adiksi ponsel pintar memperburuk kualitas tidur mahasiswa³. Ada juga penelitian yang dilakukan oleh Cahya Sania Laura yang mana hasilnya adalah 44.5% subjek mengalami adiksi ponsel pintar tingkat sedang⁴, selain itu penelitian ini juga

menunjukkan bahwa adanya hubungan adiksi ponsel pintar dengan kecemasan pada mahasiswa fakultas kedokteran. Penelitian yang dilakukan oleh Claudia Kinsky Irawan menunjukkan bahwa 59.8% mahasiswa FK UPH mengalami adiksi ponsel pintar⁵. Penelitian lain yang dilakukan oleh Suliman S. Aljoma dkk mengatakan bahwa 48% mahasiswa di King Saud University mengalami adiksi ponsel pintar⁶, serta tingkat adiksi tertinggi berada pada kalangan mahasiswa tingkat sarjana. Pada masa pandemi *covid-19* ini, kita tidak diperkenankan untuk melakukan interaksi sosial secara langsung sehingga risiko terjadinya adiksi semakin tinggi¹².

Adiksi pada ponsel pintar tentu memiliki banyak efek, seperti penelitian yang dilakukan oleh Aljohara A. Alhassan yang menunjukkan adanya korelasi positif antara adiksi ponsel pintar dengan depresi⁷. Penelitian lain yang dilakukan oleh Kadir Dermici dkk menyatakan bahwa adiksi ponsel pintar dapat menyebabkan depresi dan kecemasan sehingga berpengaruh terhadap kualitas tidur⁸. Ada juga penelitian yang dilakukan oleh Harshal Shriram Sathe dkk yang menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara EDS ($p < 0.05$) dengan penggunaan ponsel pintar dan internet yang berlebihan⁹. Pun pada populasi remaja, penelitian yang dilakukan oleh Jee Eun Chung dkk menunjukkan bahwa kelompok pengguna ponsel pintar yang berisiko memiliki risiko EDS 2.3 kali lebih besar¹⁰. Meskipun penelitian yang dilakukan oleh Seong Soo Cha dkk menunjukkan adanya hubungan antara durasi penggunaan ponsel pintar dengan adanya adiksi yang mana durasi penggunaan harian smartphone adalah salah satu indikator paling signifikan dari kecanduan smartphone¹¹, namun tampaknya hubungan antara lamanya waktu penggunaan ponsel dan EDS tidak terlalu signifikan¹², hal ini berdasarkan penelitian oleh Pavle Randjelovic dkk. Namun, ini pun bertentangan dengan hasil penelitian Ka Chun Ng dkk yang mendapati hasil yaitu adanya hubungan antara lamanya waktu penggunaan ponsel pintar dengan terjadinya depresi, nyeri tubuh dan EDS¹³. Hal ini juga didukung oleh penelitian Pairoj Boonluksiri yang menyatakan bahwa penggunaan smartphone yang

berlebihan di kalangan mahasiswa kedokteran berhubungan dengan gangguan tidur termasuk EDS¹⁴.

Cukup tingginya kejadian adiksi ponsel pintar serta berbagai macam efeknya membuat peneliti tertarik untuk meneliti mengenai adiksi ponsel pintar terutama hubungannya dengan EDS karena penelitian seperti ini belum dilakukan di kalangan mahasiswa FK UPH.

Excessive Daytime Sleepiness atau EDS didefinisikan sebagai keadaan dimana seseorang merasa mengantuk dan merasa kesulitan terjaga pada siang hari¹⁵. Sebagai seorang manusia, tentu merupakan hal yang wajar jika mengalami rasa kantuk, namun hal tersebut dapat dianggap berlebihan jika terjadi hampir setiap hari selama kurang lebih tiga bulan¹⁵.

Keadaan EDS dapat mengganggu kehidupan seseorang karena EDS dapat menyebabkan seseorang merasa selalu mengantuk sehingga menyebabkan performa di sekolah atau di tempat kerja menjadi turun, kualitas hidup menurun, dan masalah dalam mood maupun hubungan sosial. Selain itu, orang yang mengalami EDS juga berisiko mengalami kecelakaan lalu lintas karena EDS dapat menurunkan tingkat kewaspadaan seseorang dan meningkatkan *human error*¹⁶.

Masih terdapat limitasi atau keterbatasan dari penelitian sebelumnya mengenai hubungan adiksi smartphone dan EDS yaitu populasi penelitian yang masih terbatas dilakukan pada remaja sekolah menengah atau penelitian yang juga menyertakan variabel lain yaitu adiksi internet. Padahal, penelitian oleh Jin Jeong dkk menunjukkan adanya perbedaan antara adiksi internet dan adiksi smartphone terutama berhubungan dengan kecemasan¹⁷. Selain itu, penelitian Randjelovic menemukan bahwa lamanya waktu penggunaan ponsel kurang signifikan terhadap EDS sehingga masih terdapat gap mengenai topik penelitian ini. Terlebih lagi di Indonesia sendiri, masih belum banyak penelitian yang menghubungkan antara adiksi ponsel pintar dengan EDS, bahkan belum ada penelitian seperti ini di kalangan mahasiswa FK UPH. itulah alasan saya tertarik untuk meneliti kedua hal tersebut karena penelitian

ini akan sangat bermanfaat baik dalam hal teoritis maupun dalam hal praktik kedokteran terutama di FK UPH.

1.2 Rumusan Masalah

Walaupun terdapat beberapa penelitian mengenai adiksi *smartphone*, namun masih terdapat perdebatan serta kesenjangan mengenai penelitian mengenai topik ini sehingga perlu dilakukan penelitian lanjutan yang menghubungkan antara adiksi ponsel pintar dengan kejadian EDS terutama di kalangan mahasiswa Fakultas Kedokteran UPH, terlebih penelitian semacam ini masih belum banyak dilakukan di Indonesia. Selain itu, masih terdapat gap dari penelitian sebelumnya.

Maka dari itu, penelitian ini bersifat melengkapi penelitian sebelumnya untuk mengetahui hubungan antara adiksi ponsel pintar dengan kejadian *Excessive Daytime Sleepiness* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UPH.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah hubungan antara adiksi ponsel pintar dengan kejadian *Excessive Daytime Sleepiness* pada Mahasiswa FK UPH?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara adiksi ponsel pintar atau *smartphone* dengan kejadian *Excessive Daytime Sleepiness* pada Mahasiswa FK UPH.

1.4.2 Tujuan Khusus

- Mengetahui tingkat adiksi ponsel pintar yang terjadi pada mahasiswa FK UPH.
- Mengetahui kejadian *Excessive Daytime Sleepiness* pada mahasiswa FK UPH.

