

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dengan adanya pandemi Covid-19 di Indonesia sejak awal Maret 2020, menyebabkan adanya perubahan drastis pada aspek-aspek kehidupan masyarakat. Salah satunya merupakan bagaimana cara para mahasiswa menjalankan studi atau pembelajaran mereka, dikarenakan pemerintah telah menetapkan cara pembelajaran dengan kelas jarak jauh atau yang biasa dikenal dengan kelas daring.¹ Semua kegiatan tatap muka mulai dari *lecture* hingga laboratorium harus berubah menjadi jarak jauh dalam bentuk *video call* ataupun video yang nantinya akan di unggah pada forum pembelajaran kampus antara lain *Moodle* dan *Microsoft Teams*. Hal tersebut dilakukan untuk membantu mengurangi kemungkinan paparan Covid-19 di wilayah kampus yang nantinya dapat mengakibatkan bentukan klaster baru dari penyebaran Covid-19.

Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan juga telah memberlakukan pembelajaran daring semenjak adanya pandemi Covid-19 sejak Maret 2020. Dalam pelaksanaan kelas daring tersebut, dibutuhkan beberapa gawai antara lain adalah ponsel pintar atau yang kerap disebut *smartphone*. Dengan masa pandemi yang sedang berlangsung, *screen time* pada kelompok remaja dan dewasa muda memiliki rata – rata penggunaan kurang lebih 8 jam tiap harinya. Dimana durasi tersebut sudah 2 kali lipat dari durasi normal atau anjuran penggunaan ponsel pintar itu sendiri.² Terdapat berbagai faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan durasi penggunaan ponsel pintar di masa pandemi seperti ini, antara lain adalah berkomunikasi dengan teman atau dosen, mengikuti kelas sinkronus, menonton kelas asinkron dalam bentuk video yang diunggah di forum sebelumnya, penggunaan *social media*, ataupun untuk hiburan lainnya.³ Kelas daring yang berlangsung juga mengakibatkan kelas menjadi lebih fleksibel dan dapat berubah berdasarkan situasi yang ada, hal tersebut berkontribusi dalam meningkatkan *Fear of*

Missing out atau yang kerap dikenal dengan istilah *FOMO*. Pada saat seseorang mengidap *FOMO* maka ia akan mencoba untuk tetap memiliki informasi terbaru dan terakurat, yang membuat ia terus memperhatikan ponsel pintar atau jalur informasi serta komunikasi yang ia gunakan. Hingga terkadang kegiatan memperhatikan ponsel ini menjadi berlebihan dan dapat berakibat pada keseharian individu.

Pada Juni 2021, tercatat sebanyak 3,95 miliar pengguna aktif dari ponsel pintar.⁴ Dimana di Indonesia sendiri sudah tercatat kurang lebih 58,6% masyarakatnya telah memiliki dan menggunakan ponsel pintar. Dengan bertambahnya durasi penggunaan ponsel pintar dalam kehidupan sehari-hari, hal tersebut dapat berkontribusi dalam tercetus adanya keterikatan antara individu dengan ponsel pintarnya.

Nomophobia merupakan perasaan takut atau cemas pada saat individu menemukan dirinya jauh dari ponsel, akibat tidak adanya koneksi internet, kehabisan baterai, signal tidak ditemukan, atau terlebih lagi jika kehilangan ponsel pintar itu sendiri.⁵ Pada penelitian yang dilakukan Yuwanto, terdapat kurang lebih 53% dari 200 mahasiswa di Surabaya yang memiliki *nomophobia* dengan tingkat sedang. Dengan analisis lebih lanjut ditemukan bahwa adanya kemungkinan hilangnya produktivitas dan penarikan dari kehidupan sosial sebesar 45% dan 33%. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Mittal, Rajasekar & Krishna Gopal terlihat bahwa terdapat kegelisahan pada saat mahasiswa tidak dapat berada dekat dengan ponsel pintarnya.⁶

Berdasarkan latar belakang diatas, tujuan penelitian dapat dirumuskan menjadi hubungan dari durasi penggunaan ponsel pintar terhadap timbulnya *nomophobia*. Dengan adanya pandemi Covid-19 yang telah berlangsung untuk beberapa waktu ini menjadi salah satu faktor terbesar dalam adanya peningkatan yang cukup signifikan dalam kebutuhan individu menggunakan ponsel pintar mereka, oleh karena itu durasi penggunaan akan bertambah dan dapat berdampak pada peningkatan dari *nomophobia*.

1.2 Rumusan Masalah

Nomophobia merupakan topik yang cukup baru di telinga beberapa individu dan masih sedikit diteliti Indonesia. Terlebih lagi dengan adanya pandemi Covid-19 yang membuat perubahan drastis dalam berbagai aspek kehidupan. Meskipun telah terdapat beberapa studi yang meneliti mengenai durasi penggunaan ponsel pintar terhadap *nomophobia*, Namun belum ada studi yang menggunakan subyek mahasiswa kedokteran Universitas Pelita Harapan, itu mengapa peneliti memutuskan untuk meneliti lebih lanjut.

1.3 Tujuan Penelitian

Berikut merupakan tujuan dari penelitian yang dibagi menjadi tujuan umum dan juga tujuan khusus.

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara durasi penggunaan ponsel pintar pada masa pandemi Covid-19 terhadap peningkatan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.3.2 Tujuan Khusus

Berikut merupakan tujuan khusus dari penelitian ini:

- Untuk mengetahui sebaran durasi penggunaan ponsel pintar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- Untuk mengetahui sebaran *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara durasi penggunaan ponsel pintar di masa pandemi Covid-19 dengan peningkatan *nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5 Manfaat Penelitian

Berikut merupakan manfaat penelitian yang dimana dibagi menjadi manfaat secara akademik dan manfaat secara praktis.

1.5.1 Manfaat Akademik

- Meningkatkan jumlah publikasi mengenai hubungan penggunaan ponsel pintar dengan peningkatan *nomophobia*.
- Menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya, jika dirasa ingin menggunakan variabel yang sama yaitu durasi penggunaan ponsel pintar terhadap *nomophobia*, maka penelitian ini dapat berkontribusi sebagai bahan referensi.

1.5.2 Manfaat Praktis

- Menjadi dasar pengedukasian kepada mahasiswa mengenai durasi penggunaan ponsel pintar dengan peningkatan dari *nomophobia*.
- Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan untuk bisa mengelola waktu dengan baik dalam menggunakan ponsel pintar agar tidak melebihi waktu yang disarankan.