

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Smartphone adalah sebutan bagi telepon pintar yang memiliki kemampuan seperti komputer dan dilengkapi dengan sistem operasi canggih (Fauzan, 2021). *Smartphone* memiliki banyak kegunaan seperti berkomunikasi jarak jauh atau membantu tugas sehari-hari, hal ini sangat memudahkan seseorang untuk melakukan hal yang mereka inginkan dan mereka butuhkan (Murwani & Umam, 2021).

Dikutip dari situs Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia (Kominfo), pengguna aktif *smartphone* di Indonesia lebih dari 100 juta orang. Dari data yang dirilis oleh Universitas Sains dan Teknologi Komputer, penduduk Indonesia rata-rata menghabiskan 5,7 jam waktunya dalam sehari untuk menggunakan *smartphone*. Lembaga survei Nielsen (2014) melakukan sebuah survei yang berjudul “*Nielsen on Device Meter*” menunjukkan hasil bahwa jumlah penggunaan rata-rata *smartphone* masyarakat Indonesia berkisar selama 189 menit perhari atau setara dengan 3 jam.

Berdasarkan data di atas tergambar lamanya waktu yang dihabiskan dalam menggunakan *smartphone*. Penggunaan *smartphone* pada waktu yang lama dapat mengganggu kualitas tidur, dalam waktu yang lama dapat mengganggu kualitas kesehatan individu (Murwani & Umam, 2021). Intensitas penggunaan yang tinggi juga dilakukan oleh perawat. Penelitian Abolghasemi (2019) terhadap 210 perawat di Iran menunjukkan bahwa 44,8% responden mengalami

kecanduan *smartphone* dari ringan hingga sedang. Penelitian yang dilakukan oleh Jayanti (2018), menyebutkan bahwa kecanduan *smartphone* berhubungan positif dengan tingkat stress dan *burnout* pada perawat. Hasil studi literatur yang dilakukan oleh Zhang (2021), terhadap 11 penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan penggunaan *smartphone* pada perawat dan kualitas perawatan yang diberikan. Penelitian ini menyebutkan bahwa penggunaan *smartphone* dapat mempengaruhi kualitas perawatan yang diberikan oleh perawat.

Akan tetapi penggunaan *smartphone* tidak selalu mengakibatkan kecanduan. Hal berbeda ditunjukkan oleh beberapa penelitian yang dilakukan di Indonesia. Roslina (2021) dalam penelitiannya yang melibatkan 30 perawat di RS Umum Daerah Kota Jayapura menyebutkan sekitar 73,3% perawat menggunakan *smartphone* dalam pekerjaannya, terutama untuk mengakses informasi medis, berkomunikasi dengan pasien dan sesama perawat.

Kualitas tidur adalah kepuasan seseorang terhadap tidur, sehingga seseorang tersebut tidak memperlihatkan perasaan lelah. Kualitas tidur juga memiliki komponen subjektif dan objektif. Kualitas tidur berhubungan dengan jumlah total tidur, sebaik mana tidur yang dirasakan, dan apakah seseorang mendapatkan tidur NREM dan REM yang cukup (Wilkinson,2016).

Penelitian mengenai kualitas tidur di Indonesia, rata-rata menunjukkan hasil yang serupa. Seperti studi oleh Has (2019) pada tiga rumah sakit di Jawa Tengah, hasilnya bahwa 53,6% perawat mengalami gangguan tidur dan 68,8% perawat mengalami kelelahan. Selanjutnya, penelitian oleh Kartini (2020) di sebuah rumah sakit swasta di Jakarta menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara

beban kerja dan kualitas tidur, serta hubungan positif antara stres dan gangguan tidur.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan *smartphone* berlebih dapat memberikan dampak negatif yang tidak diinginkan, terutama terhadap kesehatan penggunanya, salah satunya adalah terganggunya kualitas tidur. Penelitian di India pada tahun 2017 yang menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional study*. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner PQSI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*) dan SAS. (*Smartphone Addiction Scale*). Hasil Penelitian menunjukkan 62,7% dari 236 responden memiliki kualitas tidur rendah. Kesimpulan dari penelitian adalah penggunaan *smartphone* berlebihan berisiko pada rendahnya kualitas tidur mahasiswa kesehatan (Nowreen,2018).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis diperoleh data, jumlah perawat di RS Jiwa Daerah Surakarta adalah 281 orang, dan semua perawat tersebut menggunakan *smartphone*. Studi pendahuluan dilakukan kepada 7 orang perawat dengan menjawab pertanyaan yang disebar melalui *googleform*. Rata-rata durasi penggunaan *smartphone* dalam sehari: 9,5% menjawab 1-2 jam, 9,5% menjawab 3-4 jam, 57,1% menjawab 5-6 jam, dan 23, 8% menjawab lebih dari 6 jam sehari. Dalam hal aktivitas penggunaan *smartphone* didominasi untuk *messaging* (SMS, *whatsapp*, dan *email*), aktivitas sosial media dan *browsing*. Sebagian kecil menggunakan *smartphone* untuk bermain *game* dan menyunting video.

Studi pendahuluan juga dilakukan untuk mengetahui tentang kualitas tidur pada 7 perawat tersebut, sebanyak 23,8% menjawab mengalami kesulitan memulai tidur, 38,1% sering terbangun ketika tidur, sebanyak 23,8% menjawab bahwa tidurnya kurang dari 5 jam dalam sehari, kemudian 19% menjawab kurang puas dengan kualitas tidurnya.

Berdasarkan permasalahan dan hasil studi pendahuluan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Intensitas Penggunaan Smartphone dengan Kualitas Tidur pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan fenomena tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “adakah hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan kualitas tidur pada perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan kualitas tidur pada perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan intensitas penggunaan *smartphone* pada perawat Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta.
- b. Mendeskripsikan kualitas tidur perawat Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta.

- c. Menganalisis hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan kualitas tidur pada Perawat Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan informasi ilmiah mengenai hubungan penggunaan *smartphone* dengan kualitas tidur pada perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta
- b. Menjadi bukti empiris mengenai hubungan penggunaan *smartphone* dengan kualitas tidur pada perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta
- c. Bagi Peneliti Selanjutnya
Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengetahui hubungan penggunaan *smartphone* dengan kualitas tidur pada perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Responden
Membantu perawat untuk mengambil sikap dalam penggunaan *smartphone* sehingga tidak mempengaruhi kualitas tidur.
- b. Bagi Rumah Sakit
Sebagai masukan bagi rumah sakit untuk membuat kebijakan dalam penggunaan *smartphone*.

E. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian terkait dengan judul adalah sebagai berikut:

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian dan Penulis	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	<i>Smartphone Usage Intensity and The Teenagers Sleep Quality</i> (Kaparang dan Rachel, 2022)	Penelitian ini merupakan penelitian korelasi, dengan analisa data menggunakan uji <i>Spearman correlation</i> Data dikumpulkan menggunakan kuesioner kualitas tidur dan penggunaan smartphone yang valid dan reliable pada partisipan yang bersedia mengisi kuesioner <i>online</i>	Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas (88,6%) dari partisipan menggunakan <i>smartphone</i> dalam kategori intensitas rendah, sedangkan untuk kualitas tidur 65,7% partisipan memiliki kualitas tidur dalam kategori tinggi. Hasil korelasi <i>Spearman</i> menunjukkan angka signifikan $p=.041$ ($<.05$) dan nilai $r=-.347$	Persamaan dalam penelitian ini terletak pada : uji analisis yang digunakan yaitu <i>Spearman Rank Correlation</i>	Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada: instrumen yang dipakai, penelitian ini memakai Skala Kualitas Tidur dan Skala Kulaitas Mimpi yang dikembangkan oleh Nashori dan Diana (2015)
2	Hubungan Intensitas Penggunaan <i>Smartphone</i> dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Angkatan 2017 Program Penelitian Ilmu Keperawatan di Stikes Surya Global Yogyakarta (Murwani dan Umam, 2021)	Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Pengambilan sampel dilakukan secara acak sistematis dimana teknik ini merupakan modifikasi dari sampel random sampling. Analisa Data dengan uji	Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa ada hubungan intensitas penggunaan <i>smartphone</i> dengan kualitas tidur pada mahasiswa ilmu keperawatan angkatan 2017 di STIKes Surya Global Yogyakarta dengan nilai p value $0,04 < \alpha 0,05$.	Persamaan dalam penelitian ini terletak pada : desain penelitian dengan <i>cross sectional</i>	Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada: Uji analisis yang digunakan adalah <i>Kendall Tau</i>

No	Judul Penelitian dan Penulis	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
		bivariat dengan menggunakan analisa data <i>kendals tau</i>			
3	Hubungan Intensitas Penggunaan <i>Smartphone</i> Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Program Penelitian Sarjana Keperawatan Stikes Bhamada Slawi (Hastuti et al, 2019)	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan pendekatan <i>cross sectional</i> . Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu <i>proporsional random sampling</i> , Instrumen penelitian menggunakan 2 kuesioner, yaitu kuesioner intensitas penggunaan <i>smartphone</i> sebelum tidur dan kuesioner PSQI.	Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik sebagian mahasiswa menggunakan <i>smartphone</i> dengan intensitas tinggi dan sebagian besar mahasiswa memiliki kualitas tidur yang buruk. Hasil analisis juga menunjukkan p value $0,000 < 0,05$ yang artinya ada hubungan antara intensitas penggunaan <i>smartphone</i> dengan kualitas tidur mahasiswa Program Penelitian Sarjana Keperawatan STIKes Bhamada Slawi.	Persamaan dalam penelitian ini terletak pada : pada pengukuran kualitas tidur menggunakan <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>	Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada : instrument pengukuran intensitas penggunaan <i>smartphone</i> menggunakan kuesioner intensitas penggunaan <i>smartphone</i> sebelum tidur