



HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN SMARTPHONE DENGAN KUALITAS HIDUP PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM AL-AZHAR ANGKATAN 2019

The Relationship Between Intensity of Smartphone Use and Quality of Life in Students of The Faculty Of Medical Al-Azhar Islamic University Class Of 2019

Ni Ketut Yulina Pratiwi¹, Yolly Dahlia², Baiq Novaria Rusmaningrum³, Dian Rahadiani⁴

^{1,2,3,4}Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar

Email: niketutyulinapратиwi@gmail.com

Abstract

Students of the Faculty of Medicine, Al-Azhar Islamic University, since the pandemic, lecture activities have been carried out using an online system so that the use of smartphones will certainly increase. Besides that, most students will use smartphones as a diversion of boredom which makes students use smartphones outside of academics with high intensity so that it has a negative effect, both from disrupting concentration, sleep quality to interfering with their quality of life. Research objectives to find out the relationship between the intensity of smartphone use and the quality of life of students of the Al-Azhar Islamic University Faculty of Medicine class of 2019. Research method observational analytic research with a cross-sectional study design. The sampling technique used purposive sampling. The research was conducted at the Al-Azhar Islamic University Medical Faculty on January 21, 2023. The research sample was 81 respondents. The data obtained were analyzed using the chi-square correlation test. The results showed that the intensity of smartphone use was high with a very bad quality of life, namely 25 (30.9%) and respondents who had a low intensity of smartphone use with a very bad quality of life, namely 4 (4.9%). Based on the results of the analysis using Chi Square, a p-value of 0.006 (p-value <0.05) means that Ho is rejected, thus indicating that there is a relationship between the intensity of smartphone use and the quality of life of FK Unizar students Class of 2019 Conclusion: There is a relationship between the intensity of smartphone use and quality of life.

Keywords: Intensity of smartphone use, quality of life

Abstrak

Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar sejak pandemi kegiatan perkuliahan dilakukan dengan sistem *daring* sehingga penggunaan *smartphone* tentunya akan semakin meningkat. Selain itu kebanyakan mahasiswa akan menggunakan *smartphone* sebagai pengalihan rasa jenuh yang membuat mahasiswa menggunakan *smartphone* di luar akademik dengan intensitas tinggi sehingga memberikan efek yang negatif baik dari terganggunya konsentrasi, kualitas tidur hingga mengganggu kualitas hidupnya. Mengetahui hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan kualitas hidup mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar angkatan 2019. Penelitian analitik observasional dengan desain penelitian cross-sectional study. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar pada tanggal 21 Januari 2023. Sampel penelitian sebanyak 81 orang responden. Data yang diperoleh dianalisis dengan uji korelasi chi-square. Hasil intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi dengan kualitas hidup sangat

buruk yaitu 25 (30,9%) dan responden yang memiliki intensitas penggunaan *smartphone* yang rendah dengan kualitas hidup sangat buruk yaitu 4 (4,9%). Berdasarkan hasil analisis yang menggunakan *Chi Square* didapatkan nilai *p-value* 0,006 (*p-value* < 0,05) artinya H_0 ditolak, sehingga menunjukkan terdapat hubungan antara intensitas penggunaan *smartphone* dengan kualitas hidup pada mahasiswa FK Unizar Angkatan 2019. Terdapat hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan kualitas hidup.

Kata Kunci: *Intensitas penggunaan smartphone, kualitas hidup*

PENDAHULUAN

Smartphone atau ponsel pintar sudah mulai merambah di kalangan masyarakat Indonesia sejak tahun 2000an (Aditama, 2017). *Smartphone* atau ponsel pintar adalah sebuah ponsel yang memiliki fungsi seperti komputer, biasanya memiliki tampilan layar sentuh, dilengkapi dengan akses internet dan sistem operasi yang mampu menjalankan aplikasi. Dengan kegunaan yang multifungsi serta dilengkapi beragam fitur-fitur menarik terkadang membuat penggunaan *smartphone* merasa asik untuk menggunakannya terus menerus.

Lembaga survei Nielsen (2014) melakukan survei tentang penggunaan *smartphone* menunjukkan hasil bahwa jumlah penggunaan rata-rata *smartphone* masyarakat Indonesia berkisar selama 189 menit per hari atau setara dengan 3 jam (Gifary&Kurnia,2013).

ka melebihi durasi maksimal tersebut maka *smartphone* akan mengganggu kualitas hidup (Devy, 2019).

Kualitas hidup adalah persepsi individual terhadap posisinya dalam kehidupan, dalam konteks budaya, sistem nilai dimana mereka berada dan hubungannya terhadap tujuan hidup, harapan, standar dan lainnya yang terkait. Terdapat lima faktor yang dapat mempengaruhi kualitas hidup. Faktor-faktor tersebut adalah dukungan sosial, faktor medis, faktor psikologis, faktor demografis, program pendidikan dan konseling (Jacob & Sandjaya, 2018).

Kualitas hidup yang buruk dan baik memiliki dampak dalam kehidupan seseorang. Dampak dari kualitas hidup yang buruk itu dapat berupa frustrasi, kecemasan, ketakutan, kesal dan khawatir yang panjang sehingga membuat seseorang untuk menyerah atau hilangnya antusiasme untuk masa depan. Berbeda apabila seseorang memiliki kualitas hidup yang baik dimana seseorang akan lebih percaya diri, bahagia dan syukur atas dirinya dan tentu saja antusiasme untuk masa depannya lebih tinggi. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan oleh *Depression Alliance* pada tahun 2008 dimana energi yang rendah, kecemasan, kehilangan minat, kesedihan, konsentrasi yang buruk dan tidur yang buruk memiliki dampak yang sangat parah pada kualitas hidup. seseorang sering mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi, kecemasan, kelelahan dan sering mengeluhkan sakit atau nyeri pada bagian tubuh tertentu dalam jangka waktu 4 minggu. Sedangkan kualitas hidup dikategorikan baik apabila seseorang sering merasa puas akan kehidupannya atau rutinitasnya, memiliki rasa percaya diri yang cukup tinggi dan merasa hidupnya sangat berarti (Cantika, 2018).

Era pandemi Covid-19 ini penggunaan *smartphone* banyak digunakan sebagai kebutuhan dalam sarana pembelajaran, bersosialisasi, mencari hiburan ataupun pekerjaan, hal ini menyebabkan peningkatan intensitas penggunaan *smartphone* pada mahasiswa khususnya mahasiswa. Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar sejak pandemi kegiatan perkuliahan dilakukan dengan sistem *daring* sehingga penggunaan *smartphone* tentunya akan semakin

meningkat. Selain itu kebanyakan mahasiswa akan menggunakan *smartphone* sebagai pengalihan rasa jenuh yang membuat mahasiswa menggunakan *smartphone* diluar akademik dengan intensitas tinggi sehingga memberikan efek negatif baik dari terganggunya konsentrasi, kualitas tidur hingga mengganggu kualitas hidupnya. Hal inilah menyebabkan peneliti tertarik untuk meneliti hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan kualitas hidup mahasiswa FK Unizar Angkatan 2019.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik observasional yaitu penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena itu terjadi dengan pendekatan rancangan penelitian *cross-sectional*. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Januari 2023 yang berlokasi di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar. Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang telah dibuat oleh peneliti, berdasarkan ciri, sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Riyanto., 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar yang berjumlah 81 mahasiswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh dari 81 responden didapatkan usia sebagian besar responden adalah 21 tahun, dengan usia termuda adalah 21 tahun dan usia tertua adalah 22 tahun. Responden yang berusia 21 tahun sebanyak 47 orang (52,2%), usia 22 tahun sebanyak 34 orang (37,8%). Karakteristik sampel berdasarkan jenis kelamin dari data yang diperoleh didapatkan responden penelitian berjenis kelamin perempuan berjumlah 50 orang (61,7 %) dan responden penelitian berjenis kelamin laki-laki berjumlah 31 orang (38,3 %). Berdasarkan analisis bivariat yang dilakukan dari 81 responden didapatkan data responden tertinggi untuk analisis bivariat intensitas penggunaan *smartphone* dengan kualitas hidup didapatkan hasil dengan penggunaan *smartphone* yang tinggi dan kualitas hidup yang buruk.

Hasil responden yang memiliki intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi dengan kualitas hidup sangat buruk yaitu 25 (30,9%), intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi dengan kualitas hidup buruk yaitu 8 (9,9%), intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi dengan kualitas hidup sedang yaitu 5 (6,2%), sedangkan intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi dengan kualitas hidup baik yaitu 8 (9,9%) dan intensitas penggunaan *smartphone* yang tinggi dengan kualitas hidup yang sangat baik yaitu 5 (6,2%).

Responden yang memiliki intensitas penggunaan *smartphone* yang rendah dengan kualitas hidup sangat buruk yaitu 4 (4,9%), intensitas penggunaan *smartphone* yang rendah dengan kualitas hidup buruk yaitu 7 (8,6%), intensitas penggunaan *smartphone* yang rendah dengan kualitas hidup sedang yaitu 7 (8,6%), sedangkan intensitas penggunaan *smartphone* yang rendah dengan kualitas hidup baik yaitu 8 (9,9%) dan intensitas penggunaan *smartphone* yang rendah dengan kualitas hidup yang sangat baik yaitu 5 (6,2%). Berdasarkan hasil analisis yang menggunakan *Chi Square* didapatkan nilai *p-value* 0,006 (*p-value* < 0,05) yang artinya H_0 ditolak, hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan



antara intensitas penggunaan *smartphone* dengan kualitas hidup pada mahasiswa FK Unizar Angkatan 2019. Penelitian tentang kecanduan *smartphone* yang berfokus pada generasi muda pernah dilakukan oleh Universitas Maryland dengan melibatkan 1000 pelajar di seluruh dunia dimana peserta diminta untuk tidak mengakses media selama 24 jam dan hasil dari penelitian tersebut didapatkan bahwa 50% peserta tidak dapat melalui 24 jam pertama karena merasa cemas dan terkucilkan hidup tanpa *smartphone* (Hidayat, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh (Meirianto, 2018) menjelaskan bahwa dampak yang terlalu lama bertatapapan dengan layar komputer dalam waktu yang lama akan membuat seseorang akan memiliki kualitas hidup yang rendah karena susah tidur, mudah merasa lelah, serta sering merasa cemas. Penelitian yang dilakukan oleh (Kurniawan, *et al.*, 2013) dimana penggunaan *smartphone* dengan durasi yang tinggi dapat mengurangi kinerja fisik, mental, dan sosial siswa dan kualitas hidup secara umum sementara tidak signifikan hubungannya dengan subdimensi kesehatan lingkungan.

Penelitian (Sharma, 2012) menyatakan bahwa hal yang paling mengubah gaya hidup mahasiswa yaitu munculnya media teknologi dan komunikasi yang mereka gunakan dengan intensitas yang tinggi seperti *smartphone* dan juga mahasiswa FK menggunakan *smartphone* untuk pencarian literatur dalam menyelesaikan dan mengumpulkan tugas akademik selain itu fitur-fitur menarik yang tersedia di *smartphone* di dimanfaatkan oleh sebagian Mahasiswa FK sebagai hiburan.

Intensitas penggunaan *smartphone* pada mahasiswa FK bermacam-macam dengan rata-rata durasi penggunaan 3 s/d 4 jam dan intensitas paling tinggi 7 jam sehingga hal ini menyebabkan mahasiswa kehilangan waktu untuk istirahat yang mempengaruhi kualitas hidupnya (Sharma, 2012). Menurut kualitas hidup pada mahasiswa FK banyak ditandai dengan adanya keluhan seperti mengalami kesulitan tidur, merasa lelah dan juga timbul rasa cemas. Bermain gadget menyebabkan seseorang harus tetap terjaga dan waspada ketika hendak tidur maupun beraktivitas lainnya, hal ini menjadikan hormon adrenalin meningkat sehingga mata menjadi susah untuk tertidur (Panjaitan, 2014).

KESIMPULAN

Karakteristik responden berdasarkan intensitas penggunaan *smartphone* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Angkatan 2019 didapatkan dengan presentase penggunaan *smartphone* tinggi yaitu 55,6%. Kualitas hidup mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Angkatan 2019 didapatkan dengan presentase kualitas hidup rendah yaitu 51,1%. Terdapat hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan kualitas hidup pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Al-Azhar Angkatan 2019 dengan nilai *p-value* 0,007.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditama, D. (2017). 7 tahap perkembangan *smartphone* di Indonesia dari masa ke masa. <https://jalantikus.com/gadget/tahapperkembangansmartphone-di-indonesia>.
- Azwar, S. (2017). Metode Penelitian Psikologi Edisi II. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Aljomaa, S. S., Qudah, M. F. A., Albursan, I. S., Bakhiet, S. F., & Abduljabbar,



- A. S. (2016). Smartphone addiction among university students in the light of some variables. *Computers in Human Behavior*, 61, 155-164. doi: 10.1016/j.chb.2016.03.041.
- Cantika, A. S. (2012). Hubungan Derajat Keparahan Psoriasis Terhadap Kualitas Hidup Penderita. Skripsi. Fakultas Kedokteran. Program Pendidikan Sarjana Kedokteran. Universitas Diponegoro. Semarang.
- Devi, S. (2019). Faktor Penyebab adiksi smartphone pada remaja. <http://psikologi.uinjkt.ac.id/adiksi-smartphone-lebih-cenderung-terjadi-pada-remaja-kok-bisa/>
- Da Silva, T.F.C., Mason, V., Abelha, L., Lovisi, G.M., & Cavalcanti, M.T. (2011). Quality of life assesment of patients with spectrum disorder from psychosocial care centers. *Journal Brasileiro de Psiquiatria*, 60 (2), doi: 10.1590/S0047-2085220110002000 04
- Diana Novita, (2020). Plus Minus Penggunaan Aplikasi-Aplikasi Pembelajaran Daring Selama Pandemi COVID-19. Unimed Medan: 1–11.
- Dekinus Kogoya, (2015). Manfaat Penggunaan *Smartphone* pada Masyarakat Desa Piungun Kecamatan Gamelia Kabupaten Lanny Jaya Papua, *E-Journal Acta Diurna*, No.4.
- Ehsan, S. (2020). The Relationship between Smartphone Addiction and Quality of Life among Students at Tehran University of Medical Sciences. Student Research Committee, Sabzevar University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran, doi: 10.15805/addicta.2020.7.1.0080
- Hidayat S. (2014). Kecanduan Penggunaan Smartphone dan Kualitas Tidur pada Mahasiswa RIK UI. Fak Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.
- Istifadah, R. (2018). Dampak Penggunaan Handphone Terhadap Perilaku Peserta Didik Di SMA Piri Kecamatan Jatiagung Kabupaten Lampung Selatan. Skripsi. Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung. 15(21).
- Jacob, D. E., & Sandjaya, S. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup masyarakat Karubaga district sub district Tolikara Propinsi Papua. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(1), 1-16.
- Karuniawan, A. & Cahyanti, I. Y. (2013). Hubungan antara akademik, stress dengan kecanduan pada mahasiswa pengguna smartphone . *Jurnal Psikologi Klimis dan Kesehatan Mental*, 2, 1, 16-21.
- Karim, R. A., Adnan, A. H. M., Salim, M. S. A. M., Kamarudin, S., & Zaidi, A. (2020). Education Innovations through Mobile Learning Technologies for the Industry 4.0 Readiness of Tertiary Students in Malaysia. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 917(1), 012022. <https://doi.org/10.1088/1757-899X/917/1/012022>.
- Lara, G.A Hidajah, C.A. (2016). Hubungan Pendidikan, Kebiasaan Olahraga dan Pola Makan dengan Kualitas Hidup Lansia di Puskesmas Wonokromo Surabaya. Vol. 4(1): 59-69.
- Meirianto, M, T. (2018). Hubungan Antara Kecanduan Smartphone Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja. Naskah Publikasi. Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
- Muflih, M., Hamzah, H., & Purniawan, W. A. (2017). Penggunaan smartphone dan interaksi social pada remaja di SMA Negeri 1 Kalasan, Sleman, Yogyakarta. *Idea Nursing Journal*, 8(1), 12-18.



- Putri ST, Fitriana LA, Ningrum A, & Sulastri A. (2015). Studi Komparatif: Kualitas Hidup Lansia yang Tinggal Bersama Keluarga dan Panti. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*. 1(1):1-6.
- Resmiya,L & Misbac,H.I.(2019). Pengembangan Alat Ukur Kualitas Hidup Indonesia. Vol.3, No.1, April 2019: hlm 20-31. *Jurnal Psikologi Insight*.
- Riyanto. (2017). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Sastroasmoro, S. (2011). *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Edisi ke-4*. Sagung Seto.
- Sharma, M. (2012). Addiction of youth towards gadgets. *Monika Sharma/ elixir Human Res. Mgmt. 42A (2012) 6568-6572*.
- Sobon Kosmas (2019). Pengaruh Smartphone Terhadap Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Mapanget kota Manado Universitas Katolik DeLaSalle Manado: ksobon@unikadelasalle.ac.id;jmangundap@unikadelasalle.ac.id; swalewangko@unikadelasalle.ac.id.
- Utami, Harjono & Karyanta (2014) Hubungan Antara Optimisme Dengan *Adversity Quotient* Pada Mahasiswi Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Uns Yang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, 2 (5)154-167
- Widosari, (2010). Perbedaan Derajat Kecemasan dan Depresi Mahasiswa Kedokteran Preklinik dan Co-Asisten di Fakultas Kedokteran Universitas Surakarta.
- WHOQOL Group. (1995). The World Health Organization Kualitas hidup Assessment (WHOQOL): Position Paper from the World Health Organization. *Soc. Sci. Med.* Vol. 41, No. 10, pp. 1403–1409.

