

Hubungan Kontrol Diri dan Stres Akademik dengan Adiksi *Smartphone* pada Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Pertama Universitas Al-Irsyad Cilacap

The Relationship of Self-Control and Academic Stress with Smartphone Addiction in First-Level Nursing S1 Students Al-Irsyad University Cilacap

Refie Dwi Wulandari¹, Ahmad Kusnaeni², Rusana³

^{1,2,3}University of Al-Irsyad Cilacap
Jl. Cerme No.24 Sidanegara Cilacap

ABSTRAK

Dewasa ini, adiksi *smartphone* semakin merebak. Adiksi *smartphone* dapat menjadi masalah sosial karena kurangnya kontrol diri. Mahasiswa keperawatan tingkat pertama memiliki tingkat stres lebih tinggi dan menggunakan *smartphone* sebagai sarana hiburan serta pengalihan stres akademik. Penggunaan yang berlebihan tersebut dapat mengakibatkan adiksi *smartphone*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan kontrol diri dan stres akademik dengan adiksi *smartphone* pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Pertama Universitas Al-Irsyad Cilacap. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *observational* analitik menggunakan rancangan pengambilan data *cross-sectional*. Teknik *sampling* dengan *purposive sampling*, besar sampel 76 responden. Analisis data menggunakan analisis univariat dengan distribusi frekuensi dan persentase sedangkan analisis bivariat dengan uji *Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kontrol diri dan adiksi *smartphone* ($p\text{ value} = 0,061$; $\alpha = 0,05$) dan terdapat hubungan antara stres akademik dengan adiksi *smartphone* ($p\text{ value} = 0,011$; $\alpha = 0,05$).

Kata Kunci: Kontrol Diri, Stres Akademik, Adiksi *Smartphone*

ABSTRACT

Today, *smartphone* addiction is increasingly widespread. *Smartphone* addiction can become a social problem due to a lack of self-control. First year nursing students have higher stress levels and use *smartphones* as a means of entertainment and diversion of academic stress. Excessive use can lead to *smartphone* addiction. This study aims to determine the relationship between self-control and academic stress with *smartphone* addiction in undergraduate nursing students at Al-Irsyad Cilacap University. This type of quantitative research with *observational* analytic design uses a *cross-sectional* data collection design. Sampling technique with *purposive sampling*, sample size of 76 respondents. Data analysis used univariate analysis with frequency and percentage distributions while bivariate analysis used *Spearman's Rank* test. The results showed that there was no relationship between self-control and *smartphone* addiction ($p\text{ value} = 0.061$; $\alpha = 0.05$) and there was a relationship between academic stress and *smartphone* addiction ($p\text{ value} = 0.011$; $\alpha = 0.05$).

Keywords: Self Control, Academic Stress, *Smartphone* Addiction