

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pengaruh globalisasi saat ini tidak terlepas dari kehidupan manusia. Salah satu pengaruh globalisasi yang kita rasakan adalah perkembangan teknologi informasi berupa penggunaan ponsel pintar atau yang dikenal dengan *smartphone* (Irfan *et al.*, 2020). Pertumbuhan *smartphone* semakin tahun semakin meningkat sejalan dengan perkembangan zaman. Kondisi penggunaan *smartphone* secara tidak terkendali menyebabkan individu tidak mampu membatasi penggunaan *smartphone* dan mengalami dampak buruk dari penggunaan *smartphone* tersebut (Ferianti & Sunawan, 2021).

Secara global, pertumbuhan pengguna *smartphone* di dunia seperti dilansir *Stock Apps* mencapai 5,3 miliar pada Juli 2021. Angka ini mewakili lebih dari setengah populasi dunia sekitar 7,9 miliar dengan persentase 67% (GoodStats, 2022). Berdasarkan pada data Newzoo (2022) Cina menjadi negara dengan jumlah pengguna *smartphone* terbesar sebanyak 974,69 juta pengguna, sedangkan Indonesia berada di urutan keempat dengan pengguna *smartphone* sebanyak 187,70 juta setelah Cina, India, dan Amerika.

Hasil laporan Pusat Penelitian dan Pengembangan Aplikasi Informatika dan Informasi Komunikasi Publik (Puslitbang Aptika IKP Kominfo) tahun 2022 menunjukkan persentase pengguna *smartphone* tertinggi di Indonesia berada di Pulau Jawa sebesar 86,60%. Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2022 menyebutkan persentase penduduk berumur 5 tahun ke atas yang

menggunakan telepon seluler (HP)/nirkabel dalam 3 bulan terakhir di Cilacap sebanyak 77,40% dari total 1.988.622 penduduk Cilacap.

Menurut penelitian Mawarpury *et al.*, (2020) menunjukkan bahwa mayoritas pengguna *smartphone* di Indonesia berusia 18-25 tahun. Hal ini disebabkan karena kategori usia tersebut memiliki karakter yang aktif dalam menggunakan dan mengoperasikan teknologi berbasis internet. Rentang usia tersebut berada pada kategori masa perkembangan dewasa awal dalam strata pendidikan yang mayoritas sedang menempuh perkuliahan sehingga mahasiswa merupakan salah satu yang dominan aktif menggunakan *smartphone* (Sukma, 2019).

Hadirnya *smartphone* dapat membantu mahasiswa dalam proses perkuliahan, karena *smartphone* dapat mempermudah mahasiswa dalam mencari referensi perkuliahan yang lebih banyak dalam waktu yang singkat dan tidak dibatasi tempat (Sumathi, Lakshmi, & Kundhavai, 2018). Namun kenyataannya ada beberapa mahasiswa yang tidak bijak dalam menggunakan *smartphone*. Mahasiswa menyalahgunakan *smartphone* untuk kepentingan yang merugikan (Tunc & Akbay, 2019). Hal ini disebabkan oleh intensitas mahasiswa dalam menggunakan *smartphone* semakin tinggi. Meskipun *smartphone* memiliki banyak manfaat, penggunaan *smartphone* juga dapat menimbulkan dampak negatif yaitu adiksi *smartphone* (Forster *et al.*, 2021).

Perilaku adiksi dapat dijelaskan sebagai bentuk perilaku ketergantungan individu tanpa adanya kontrol diri untuk mengatur keinginan dan individu tersebut terkena dampak negatif yang ditimbulkan (Kwon *et al.*, 2013 dalam Ferianti & Sunawan, 2021). Beberapa studi mengeksplorasi prevalensi adiksi

*smartphone* di kalangan mahasiswa telah menemukan persentase yang tinggi. Studi lain yang mengamati tanda-tanda adiksi *smartphone* di kalangan mahasiswa di Belarus dan Polandia menyimpulkan bahwa sekitar 10,4% mahasiswa Belarus dan sekitar 22,9% mahasiswa Polandia menunjukkan gejala adiksi *smartphone*. Kwak *et al.*, juga melaporkan bahwa sekitar 70% remaja memiliki kecanduan sedang hingga parah terhadap *smartphone*. Al-Barashdi menemukan bahwa 33,1% mahasiswa di Oman memiliki kecanduan *smartphone*. Aljomaa *et al.*, mengungkapkan bahwa persentase adiksi *smartphone* di kalangan mahasiswa adalah 48% (Albursan *et al.*, 2022).

Temuan Kementerian Sains dan Teknologi Informasi Korsel yang diilansir dari berita CNN Indonesia (2020) menyebutkan bahwa 30% anak muda usia 10-19 tahun terlalu tergantung pada *smartphone* yang membuat anak mengalami penurunan kontrol diri. Sedangkan menurut Fadli (2021) di negara Indonesia sendiri sudah ratusan anak dan remaja yang mengalami kecanduan *smartphone* yang dirawat di rumah sakit Jiwa (RSJ) Cisarua, Jawa Barat sejak tahun 2016.

Terdapat 6 karakteristik individu dengan adiksi *smartphone* diantaranya *daily life disturbance* (gangguan kehidupan sehari-hari), *positive anticipation* (antisipasi positif), *withdrawal* (penarikan dan pelarian), *cyberspace oriented relationship* (hubungan orientasi dunia maya), *overuse* (berlebihan), dan *tolerance* (toleransi). Oleh karena dampak yang merugikan tersebut, maka penting untuk menghindari atau mengurangi penggunaan *smartphone* yang berpotensi menyebabkan adiksi *smartphone* (Kwon *et al.*, 2013 dalam Ferianti & Sunawan, 2021).

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan ini berkaitan dengan kurangnya kontrol diri individu dalam menggunakan *smartphone* (Simangunsong & Sawitri, 2018). Hal ini sejalan dengan penelitian Agusta (2016) menunjukkan bahwa dibandingkan dengan faktor lain seperti pengaruh sosial, situasional dan perilaku, media dan fasilitas yang tersedia pada *smartphone*, faktor psikologis memiliki skor rata-rata tertinggi yaitu 64% yang memprediksi timbulnya adiksi *smartphone*. Faktor psikologis ini termasuk salah satunya adalah kontrol diri yang rendah.

Hasil penelitian tentang hubungan kontrol diri dan adiksi *smartphone* dengan judul “Hubungan Kontrol Diri Dengan *Smartphone Addiction* Pada Mahasiswa Pengguna *Smartphone* Di Program Studi S1 Teknik Elektro Universitas Negeri Malang”, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dan *smartphone addiction* pada mahasiswa ( $r=-0,541$ ). Nilai  $r$  hitung yang bernilai negatif menunjukkan bahwa korelasi antara dua variabel tersebut adalah korelasi negatif. Artinya, semakin tinggi kontrol diri mahasiswa, maka semakin rendah *smartphone addiction* yang dialami (Anzani, Sudjiwanati, & Kristianty, 2019). Hal serupa juga dinyatakan oleh Mumbaasithoh, Ulya, & Rahmat (2021) dalam hasil penelitian kuantitatif korelasional yang didukung data kualitatif dengan judul “Pengalaman Adiksi *Smartphone* Pada Remaja Di Kabupaten Buleleng”, hasil uji korelasi *Pearson Product Moment* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,003 atau ( $p<0,05$ ) menyatakan semakin rendah kontrol diri yang dimiliki remaja maka semakin tinggi perilaku kecanduan *smartphone*. Penggunaan *smartphone* pada mahasiswa sering dijadikan sebagai sarana hiburan dan pengalihan stres

(Yuliyani & Sumiyarini, 2022). Saat sedang stres biasanya seseorang akan mencari kegiatan sebagai upaya untuk mengatasi ataupun menghadapi stresor tersebut (Novita *et al.*, 2022).

Stres yang paling umum dialami oleh mahasiswa adalah stres akademik. Stres akademik dapat diartikan sebagai keadaan suatu individu yang melibatkan tekanan hasil persepsi dan penilainnya terhadap stresor akademik di perguruan tinggi (Rosyidah *et al.*, 2020). Perubahan-perubahan yang terjadi karena stres akademik meliputi emosi, fisik, perilaku, bahkan proses berpikir. Adapun perubahan emosi yaitu mahasiswa merasa cemas, sedih, mudah marah dan frustrasi. Untuk fisik sendiri banyak dari mahasiswa yang muncul respon pucat, lemas, badan tidak sehat, tremor, pusing, berkeringat dingin. secara perilaku yaitu agresif, membantah, menunda-nunda tugas, malas, dan mencari kesenangan yang berlebihan. Sementara proses berpikir yaitu sulit mengingat materi, pemusatan perhatian berkurang, serta berpikir negatif (Jannah & Santoso, 2021)

Stres akademik ini biasanya dialami oleh mahasiswa keperawatan. Studi menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dan rentan dibandingkan dengan mahasiswa kesehatan lainnya karena bagian klinis dari pendidikan keperawatan lebih menegangkan daripada bagian teoritis (Rafati, Nouhi, & Dehghan, 2017). Studi lain mengatakan bahwa mahasiswa fakultas keperawatan memiliki tingkat stres yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan mahasiswa non-keperawatan (Barlet, Taylor, & Nelson, 2016 dalam Novita *et al.*, 2022).

Hasil penelitian tentang tingkat stres mahasiswa keperawatan dengan judul “*A cross-sectional study of stress and its sources among health professional students at Makerere University, Uganda*” didapatkan hasil tingkat stres dengan kategori tinggi paling banyak dialami oleh mahasiswa di bidang kesehatan, yaitu 57,4%, yang terdiri dari 63,3% mahasiswa keperawatan, 57% mahasiswa kedokteran, dan 50% mahasiswa kedokteran gigi (Amanya, Nakitende, & Ngabirano, 2018). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan memiliki tingkat stres yang relatif tinggi serta lebih rentan dibandingkan dengan mahasiswa non kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilaksanakan oleh Suparto (2021, dalam Novita *et al.*, 2022) terhadap mahasiswa keperawatan, mendapatkan hasil bahwa 35,4% mahasiswa mengalami stres akademik berat, 45,7% stres akademik sedang/moderat, dan 18,9% stres akademik ringan.

Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan mengalami gangguan dari teman, guru, dan ketakutan akan darah, suntikan, operasi, dan kecelakaan selama pelatihan merupakan faktor yang mempengaruhi tingkat stres akademik mahasiswa keperawatan. Stres akademik pada mahasiswa keperawatan biasanya terjadi sebagai gejala tekanan psikososial umum. Masalah ini terkait dengan beberapa hal yang membuat frustrasi terkait dengan kegagalan akademik seperti tekanan dan ketegangan ujian, beban kerja yang berat, dan tantangan dalam praktik klinis (Jirel, Sharma, & Dawadi dalam Hargiana & Sintiawati, 2020).

Berdasarkan penelitian Hargiana & Sintiawati (2020) dengan judul “*Hubungan Ketergantungan Gawai Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa*”

Keperawatan” menunjukkan bahwa ada 134 mahasiswa (58,5%) mengalami tingkat stres sedang dengan tingkat ketergantungan sedang. Berdasarkan hasil analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara ketergantungan gawai dan stres akademik ( $p=0,000$ ;  $\alpha=0,05$ ).

Berdasarkan penelitian lain yang berkaitan dengan stres akademik mahasiswa keperawatan, mahasiswa tahun pertama pada awal menempuh pendidikan di perguruan tinggi dihadapkan pada berbagai tantangan dan perubahan dalam hidup yang menyebabkan mahasiswa memiliki derajat stres akademik yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan mahasiswa tahun lainnya (Saraswati, Antari, & Saputra, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada tanggal 10 April 2023 dengan membagikan kuesioner pada 34 mahasiswa tahun pertama Program Studi Sarjana Keperawatan didapatkan bahwa rata-rata durasi penggunaan *smartphone* dalam sehari adalah 10 jam digunakan untuk mengakses media sosial dan mencari referensi kuliah, mahasiswa menggunakan *smartphone* lebih lama dari waktu yang direncanakan (82%), merasa sulit berkonsentrasi saat di kelas dan saat mengerjakan tugas disebabkan oleh penggunaan *smartphone* (18%), merasa tidak sabaran dan gelisah saat tidak membawa *smartphone* (65%), memeriksa *smartphone* secara berkala (50%), merasa cemas karena masih bingung teknis kontrak dosen (56%), merasa pusing karena tugas yang menumpuk (94%), merasa cemas karena teman kelompok yang tidak menyenangkan (65%), merasa tugas kuliah hanya menambah beban (62%), menggunakan *smartphone* untuk menghilangkan rasa bosan (94%), merasa kesal jika diganggu ketika bermain *smartphone* (15%).

Tingginya penggunaan *smartphone* yang disertai dengan karakteristik pada mahasiswa tersebut, menyebabkan penelitian mengenai adiksi *smartphone* pada mahasiswa menjadi sangat penting. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kontrol Diri dan Stres Akademik dengan Adiksi *Smartphone* pada Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Pertama Universitas Al-Irsyad Cilacap”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini : Bagaimana “Hubungan Kontrol Diri dan Stres Akademik dengan Adiksi *Smartphone* pada Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Pertama Universitas Al-Irsyad Cilacap”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kontrol diri dan stres akademik dengan adiksi *smartphone* pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Pertama Universitas Al-Irsyad Cilacap.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia, tiga aplikasi teratas yang dibuka
- b. Mendeskripsikan kontrol diri pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Pertama Universitas Al-Irsyad Cilacap



- c. Mendeskripsikan stres akademik pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Pertama Universitas Al-Irsyad Cilacap
- d. Mendeskripsikan adiksi *smartphone* pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Pertama Universitas Al-Irsyad Cilacap
- e. Menganalisis hubungan kontrol diri dengan adiksi *smartphone* pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Pertama Universitas Al-Irsyad Cilacap
- f. Menganalisis hubungan stres akademik dengan adiksi *smartphone* pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Pertama Universitas Al-Irsyad Cilacap

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat menambah referensi kepustakaan dan bahan kajian bagi peneliti lain khususnya tentang hubungan kontrol diri dan stres akademik dengan adiksi *smartphone* pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Pertama Universitas Al-Irsyad Cilacap

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya wawasan ilmu pengetahuan dan memberikan pengalaman bagi peneliti khususnya tentang hubungan kontrol diri dan stres akademik dengan adiksi *smartphone* serta mengaplikasikan mata kuliah penelitian dalam praktik keperawatan.

b. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu referensi untuk meningkatkan upaya promotif dan preventif terhadap masalah kesehatan khususnya yang diakibatkan oleh adiksi *smartphone* serta informasi tentang keilmuan dalam bidang keperawatan dalam hal ini berkaitan dengan kontrol diri, stres akademik, dan adiksi *smartphone*.

c. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mahasiswa di Cilacap terkait kontrol diri, stres akademik, dan adiksi *smartphone*.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar penelitian bagi peneliti untuk melaksanakan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan hubungan kontrol diri dan stres akademik dengan adiksi *smartphone* agar dapat ditemukan solusi yang terbaik untuk mengatasi masalah tersebut.

## E. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang hubungan kontrol diri dan stres akademik dengan adiksi *smartphone* pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat pertama Universitas Al-Irsyad Cilacap belum pernah ada, namun sudah ada beberapa penelitian mengenai kontrol diri, stres akademik, dan adiksi *smartphone* yang pernah dilakukan adalah sebagai berikut :

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Penulis (Tahun)	Judul	Jenis dan Desain Penelitian	Variabel Penelitian dan Responden	Analisis Data	Hasil Penelitian
1.	Anzani, Sudjiwanati, & Kristianty (2019)	Hubungan Kontrol Diri Dengan <i>Smartphone Addiction</i> Pada Mahasiswa Pengguna <i>Smartphone</i> Di Program Studi S1 Teknik Elektro Universitas Negeri Malang	Penelitian korelasional dengan desain <i>cross sectional study</i>	Variabel <i>Independent</i> : Kontrol diri Variabel <i>Dependent</i> : <i>Smartphone addiction</i> Responden : 171 mahasiswa	<i>Pearson Product Moment</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa : 1. Mahasiswa Teknik Elektro Universitas Negeri Malang memiliki tingkat kontrol diri 69,01% (118 mahasiswa) dan <i>Smartphone Addiction</i> 70,18% (120 mahasiswa) dalam katagori sedang. 2. Hasil Uji korelasi menggunakan uji korelasi <i>Pearson</i> memberikan hasil r



hitung sebesar -0,541 yang lebih besar dari r tabel yaitu 0,1262. Hal ini menunjukkan ada hubungan antara kontrol diri dan *Smartphone Addiction*. Nilai r hitung tersebut bernilai negatif yang berarti korelasi antara dua variabel tersebut adalah korelasi negatif yang artinya semakin tinggi kontrol diri individu, maka semakin rendah *Smartphone Addiction* yang dialami, begitupun sebaliknya.

---

2.	Hargiana & Sintiawati (2020)	Hubungan Ketergantungan Gawai Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan	Penelitian korelasional dengan desain <i>cross sectional study</i>	Variabel <i>Independent</i> : Ketergantungan gawai Variabel <i>Dependent</i> : Stres akademik Responden : 229 mahasiswa	Analisis uji statistik <i>chi-square</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa : 1. Mahasiswa S1 Reguler Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (FIK UI) paling banyak memiliki tingkat stres akademik
----	------------------------------	--	--	---	--	--

---



sedang sebanyak 152 orang (66,4%).

Sedangkan sebanyak 43 orang (18,8%) mengalami tingkat stres akademik rendah dan 34 orang (14,8%) mengalami tingkat stres akademik tinggi.

2. Terdapat 32 orang (13,9%) responden mengalami ketergantungan gawai rendah, 160 orang (69,9%) responden mengalami ketergantungan gawai sedang dan 37 orang (16,2,1%) mengalami ketergantungan gawai tinggi.
  3. 134 mahasiswa (58,5%) mengalami tingkat stres sedang dengan tingkat ketergantungan sedang, Berdasarkan hasil analisis uji
-

					statistik <i>chi-square</i> didapatkan nilai $p=0,000$ ( $p \text{ value} < 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara ketergantungan gawai dan stres akademik.	
3.	Novita <i>et al.</i> , (2022)	Hubungan Stres Akademik Dengan Adiksi Internet Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran Selama Pandemi COVID-19	Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Variabel <i>Independent</i> : Stres Akademik Variabel <i>Dependent</i> : Adiksi Internet Responden : 206 mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran	Data dianalisis menggunakan metode statistik deskriptif dan korelasi <i>Rank Spearman</i>	Hasil penelitian menunjukkan : 1. Nilai $p < 0,05$ (0,000), maka $H_0$ ditolak dan $H_a$ diterima. Pernyataan tersebut menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan adiksi internet. 2. Berdasarkan variabel, lebih dari setengah mahasiswa Fkep Unpad mengalami stres akademik pada kategori ringan (64,1%) dan lebih dari setengah tidak

						mengalami adiksi internet (70,3%) pada pembelajaran di masa pandemi Covid-19.
4.	Mumbaasithoh, Ulya, & Rahmat (2021)	Kontrol Diri dan Kecanduan <i>Gadget</i> pada Siswa Remaja	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional ditambah dukungan data kualitatif	Variabel <i>Independent</i> : Kontrol diri Variabel <i>Dependent</i> : Kecanduan <i>gadget</i> Responden : 30 siswa remaja tingkat pendidikan SMP dan SMA di DIY	Data dianalisis secara statistik melalui uji korelasi <i>Pearson Product Moment</i> serta analisis terkait jawaban dari <i>open ended questions</i>	Hasil penelitian menunjukkan : 1. Hasil penelitian menunjukkan kontrol diri berkorelasi secara negatif terhadap kecanduan <i>gadget</i> . Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki maka semakin rendah kecenderungan remaja untuk mengalami kecanduan <i>gadget</i> . 2. Selain itu data yang didapatkan melalui <i>open ended questions</i> menunjukkan sejumlah strategi



yang dilakukan siswa agar memiliki kontrol diri yang tinggi yaitu melakukan manajemen waktu, mengerjakan kegiatan selain menggunakan *gadget*, dan mendapatkan pengawasan dari orang tua selama belajar dari rumah.

---

5.	Saraswati, Antari, & Saputra (2020)	Hubungan Komunikasi Orang Tua-Anak Dengan Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Sarjana Keperawatan Dan Profesi Ners FK UNUD	Penelitian ini adalah penelitian deskripsif korelasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Variabel <i>Independent</i> : Komunikasi Orang Tua-Anak Variabel <i>Dependent</i> : Stres Akademik Responden : 61 mahasiswa	<i>Pearson Product Moment</i>	Hasil penelitian menunjukkan : 1. Terdapat hubungan negatif lemah yang bermakna antara komunikasi orang tua-anak dengan stres akademik ( $r = -0,363$ ; $pvalue = 0,004$ ; $\alpha = 0,05$ ). Semakin baik komunikasi orang-tua anak maka
----	-------------------------------------	---	---	---	-------------------------------	--

---



					semakin rendah stres akademik yang dialami mahasiswa tahun pertama PSSKPN FK Universitas Udayana	
6.	Amanya, Nakitende, & Ngabirano (2018)	<i>A cross-sectional study of stress and its sources among health professional students at Makerere University, Uganda</i>	Penelitian ini adalah penelitian <i>cross-sectional</i> deskriptif menggunakan metode kuantitatif	<p>Variabel <i>Independent</i> : Stres</p> <p>Variabel <i>Dependent</i> : Sumber stres</p> <p>Responden : 258 mahasiswa sarjana kesehatan profesional (Mahasiswa Kedokteran, Gigi dan Keperawatan) di Universitas Makerere.</p>	Data dianalisis menggunakan SPSSv21. Jumlah dan persentase dari <i>Caseness</i> GHQ-12 ( <i>General Health Questionnaire</i> ) dihitung untuk menentukan prevalensi stres. Untuk stressor, persentase dan frekuensi kejadiannya dihitung untuk menentukan tingkat keparahan masing-masing stressor.	<p>Hasil penelitian menunjukkan :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Prevalensi stres ditemukan sebesar 57,4% dan stresor akademik dan asal psikososial paling sering dilaporkan. Stresor teratas termasuk; kurikulum akademik (38%), ketidakpuasan dengan kuliah di kelas (30,9%), jarak jauh jalan kaki (29,5%), kurangnya waktu untuk rekreasi (28,9%), kinerja dalam ujian</li> </ol>

(28,3%), kurangnya bimbingan khusus dari fakultas (26,7%) dan harapan orang tua yang tinggi (26,7%).

Tabel 1. 2 Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

No.	Penulis (Tahun)	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Anzani, Sudjiwanati, & Kristianty (2019)	Hubungan Kontrol Diri Dengan <i>Smartphone Addiction</i> Pada Mahasiswa Pengguna <i>Smartphone</i> Di Program Studi S1 Teknik Elektro Universitas Negeri Malang	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian korelasional dengan desain <i>cross sectional study</i></li> <li>2. Menggunakan analisis univariat dengan melihat karakteristik, distribusi frekuensi, dan persentase</li> <li>3. Variabel <i>Independent</i> :Kontrol diri Variabel <i>Dependent</i> : <i>Smartphone addiction</i></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menggunakan uji statistik <i>Pearson Product Moment</i></li> <li>2. Tempat penelitian dilakukan di Program Studi S1 Teknik Elektro Universitas Negeri Malang</li> </ol>
2.	Hargiana & Sintiwati (2020)	Hubungan Ketergantungan Gawai Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Keperawatan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian korelasional dengan desain <i>cross sectional study</i></li> <li>2. Menggunakan analisis univariat dengan melihat karakteristik, distribusi frekuensi, dan persentase</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Variabel <i>Independent</i> :Ketergantungan gawai Variabel <i>Dependent</i> : Stres akademik</li> <li>2. Tempat penelitian dilakukan di Program Studi S1 Reguler</li> </ol>

				Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia (FIK UI)
				3. Menggunakan analisis uji statistik <i>chi square</i>
3.	Novita <i>et al.</i> , (2022)	Hubungan Stres Akademik Dengan Adiksi Internet Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran Selama Pandemi COVID-19	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i></li> <li>2. Menggunakan analisis univariat dengan melihat karakteristik, distribusi frekuensi, dan persentase</li> <li>3. Variabel <i>Independent</i> : Stres akademik</li> <li>4. Menggunakan analisis uji statistik deskriptif dan korelasi <i>Rank Spearman</i></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Variabel <i>Dependent</i> : Adiksi internet</li> <li>2. Tempat penelitian dilakukan di Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran</li> </ol>
4.	Mumbaasithoh, Ulya, & Rahmat (2021)	Kontrol Diri dan Kecanduan <i>Gadget</i> pada Siswa Remaja	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menggunakan analisis univariat dengan melihat karakteristik, distribusi frekuensi, dan persentase</li> <li>2. Variabel <i>Independent</i> : Kontrol diri Variabel <i>Dependent</i> : Kecanduan <i>gadget</i></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian kuantitatif korelasional ditambah dukungan data kualitatif</li> <li>2. Data dianalisis secara statistik melalui uji korelasi <i>Pearson Product Moment</i> serta analisis terkait jawaban dari <i>open ended questions</i></li> <li>3. Tempat penelitian dilakukan di SMP dan SMA di DIY yang melakukan belajar dari rumah</li> </ol>
5.	Saraswati, Antari, & Saputra (2020)	Hubungan Komunikasi Orang Tua-Anak Dengan Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama Program	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Penelitian ini adalah penelitian deskripsif korelasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i></li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menggunakan uji statistik <i>Pearson Product Moment</i></li> <li>2. Variabel <i>Independent</i> : Komunikasi Orang Tua-Anak</li> </ol>

	Studi Sarjana Keperawatan Dan Profesi Ners FK UNUD	2. Menggunakan analisis univariat dengan melihat karakteristik, distribusi frekuensi, dan persentase	Variabel <i>Dependent</i> : Stres Akademik 3. Tempat penelitian dilakukan di PSSKPN FK Universitas Udayana
6.	Amanya, Nakitende, & Ngabirano (2018) <i>A cross- sectional study of stress and its sources among health professional students at Makerere University, Uganda</i>	1. Penelitian ini adalah penelitian <i>cross-sectional</i> deskriptif menggunakan metode kuantitatif 2. Menggunakan analisis univariat dengan melihat karakteristik, distribusi frekuensi, dan persentase	1. Variabel <i>Independent</i> : Stres Variabel <i>Dependent</i> : Sumber stres 2. Tempat penelitian dilakukan di Universitas Makrere, Uganda

Berdasarkan hasil penelusuran pustaka yang dilakukan terhadap beberapa hasil penelitian di atas, diketahui bahwa belum ada penelitian yang secara khusus membahas tentang Hubungan Kontrol Diri dan Stres Akademik dengan Adiksi *Smartphone* pada Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Pertama Universitas Al-Irsyad Cilacap. Tujuannya adalah untuk mengetahui hubungan kontrol diri dan stress akademik dengan adiksi *smartphone* pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Penelitian yang akan dilakukan oleh penulis merupakan penelitian kuantitatif deskriptif korelasi dengan desain *cross sectional study*.