

BAB I

PENDAHULUAN

1. 1. Latar Belakang

Perkembangan zaman yang terjadi hingga saat ini telah mempengaruhi berbagai aspek kehidupan, salah satunya yaitu aspek pendidikan, pendidikan merupakan media yang berperan menjadikan manusia lebih berkualitas. Pendidikan sangat erat kaitannya dengan kehidupan manusia karena pendidikan menjadi bekal bagi manusia untuk menjalani kehidupan dalam menghadapi tantangan zaman. Menurut UU No. 20 tahun 2003, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara untuk menghadapi perubahan zaman. Seiring perkembangan zaman terus berlanjut perkembangan teknologi juga mengalami kemajuan yang sangat pesat yang ditandai dengan kemajuan pada bidang informasi, salah satu diantaranya adalah teknologi ponsel pintar (*smartphone*) (Sandi, Sunarti, & Taqiyah, 2020, hal. 102). *Smartphone* merupakan telepon genggam yang mempunyai kemampuan tingkat tinggi, terkadang dengan fungsi yang menyerupai komputer karena fungsinya yang sangat banyak (Supriatno & Romadhon, 2017, hal. 66). Awalnya *smartphone* diciptakan sebagai alat komunikasi jarak jauh yang berukuran kecil sehingga dapat dibawa kemanapun oleh penggunanya. Namun penggunaan *smartphone* di masa sekarang cukup beragam, misalnya untuk alat komunikasi, mencari hiburan, *social media* dan kerap kali digunakan sebagai media belajar. Hal ini karena *smartphone* sudah memiliki banyak fitur yang bisa diakses dengan mudah, maka dari itu penggunaan *smartphone* sangat dekat dengan kehidupan manusia, karena fungsinya beragam dan sangat banyak manfaat yang bisa diberikan termasuk dalam mempermudah para mahasiswa untuk belajar.

Menurut Ula (2021, hal. 290) perkembangan teknologi komunikasi yang menjembatani pengetahua salah satunya menggunakan perangkat teknis seperti *smartphone* sebagai media informasi seperti untuk mengakses internet. Kemudahan dalam mengakses informasi membuat semua orang bisa belajar dimanapun, tidak terkecuali mahasiswa yang bisa mendapatkan banyak informasi mengenai pelajaran tidak hanya di kelas ataupun di perpustakaan. Selain itu beberapa guru ataupun dosen seringkali memanfaatkan teknologi *smartphone* untuk menyampaikan materi ataupun sebagai media belajar.

Namun, penggunaan *smartphone* bisa saja berdampak negatif jika penggunaannya berlebihan dan tidak tepat sasaran, misalnya pemakaian *smartphone* yang terlalu lama, menurut Dikdok (2018) durasi ideal yang baik untuk melakukan aktivitas online dalam satu hari adalah 257 menit atau sekitar 4 jam 17 menit, jika penggunaannya lebih dari itu menurutnya hal itu bisa menyebabkan gangguan pada otak remaja. Ketika Indonesia mengalami pandemi *Corona Virus Disease 2019* (Covid-19) pemerintah pernah memberlakukan pembelajaran secara dalam jaringan atau dikenal dengan istilah pembelajaran jarak jauh (PJJ) yang membuat sekolah ataupun perguruan tinggi harus belajar secara dalam jaringan (*daring*) dengan media *smartphone*. Karena kebijakan tersebut para siswa dan mahasiswa terpaksa melakukan pembelajaran dengan menggunakan *smartphone* hal ini bisa menyebabkan penggunaan *smartphone* pada mahasiswa meningkat ketika pembelajaran jarak jauh diberlakukan.

Pembelajaran jarak jauh merupakan salah satu bentuk penyesuaian dalam sektor pendidikan selama masa pandemi Covid-19 (Latip, 2021, hal. 107). Hal ini dilakukan untuk mencegah meningkatnya penyebaran virus Covid-19 yang mudah menyebar. Pembelajaran jarak jauh merupakan pembelajaran yang dilakukan secara jarak jauh atau bisa dikenal dengan istilah pembelajaran dalam jaringan (Kemendikbud, 2020). Pembelajaran *daring* pada dasarnya adalah pembelajaran yang dilakukan secara virtual melalui aplikasi yang tersedia (Syarifudin, 2020, hal. 32). Pembelajaran ini dilakukan menggunakan media *smartphone*, laptop, komputer atau alat apapun yang bisa terhubung dengan jaringan (internet), upaya ini dilakukan agar pembelajaran di perguruan tinggi tetap berjalan walaupun tidak dilakukan di dalam kelas. Pembelajaran *daring* sebenarnya bukanlah hal baru

didunia pendidikan, di beberapa perguruan tinggi tertentu sudah melakukan pembelajaran daring. Selama pelaksanaan pembelajaran daring, mahasiswa diharuskan mempunyai alat komunikasi berupa *smartphone* sebagai media selama pembelajaran daring berlangsung, ini menyebabkan intensitas penggunaan *smartphone* mahasiswa lebih tinggi dibandingkan sebelum berlakunya pembelajaran daring yang memicu terjadinya ketergantungan mahasiswa terhadap penggunaan *smartphone*. Namun terhitung pada tanggal 6 september 2021 Kemendikbud menyatakan perguruan tinggi harus segera menjalankan pembelajaran tatap muka, hal ini karena pandemi Covid-19 cukup terkendali.

Walaupun pelaksanaan pembelajaran secara daring di perguruan tinggi tidak berlaku di beberapa daerah namun dampak yang disebabkan masih bisa dirasakan sampai saat ini, intensitas berlebih penggunaan *smartphone* masih banyak terjadi dikalangan mahasiswa, sehingga dapat menyebabkan permasalahan penggunaan *smartphone* atau *problematic smartphone use* (PSU). Menurut Horwood & Anglim (dalam penelitian Rachmayani dkk 2020, hal. 862) *problematic smartphone use* atau masalah dengan penggunaan *smartphone* adalah penggunaan kompulsif yang mengarah pada gangguan fungsi sehari-hari individu, termasuk produktivitas, smmenurut Sunanjar (2018, hal. 17) *problematic smartphone use* adalah bentuk kecanduan atau keterikatan terhadap *smartphone* yang menyebabkan masalah sosial, seperti penarikan sosial dan kesulitan dalam kehidupan sehari-hari, atau gangguan kontrol impuls bagi seseorang. Lebih lanjut Sunanjar mengatakan istilah *problematic smartphone use* adalah kecenderungan seseorang terhadap *smartphone* yang mengarah kepada kecanduan.

Beberapa bentuk *problematic smartphone use* biasanya berupa penggunaan *smartphone* yang digunakan pada tempat dan waktu yang salah, misalnya bermain *smartphone* di kelas, atau digunakan pada saat pembelajaran berlangsung secara rahasia, dan menggunakan *smartphone* hingga larut malam. Penggunaan tersebut bisa berupa mengakses *game*, internet, ataupun media sosial. Maka dari itu, *problematic smartphone use* erat kaitannya dengan istilah *problematic internet use* karena dalam penggunaannya, biasanya seseorang menggunakan media *smartphone* untuk mengakses internet. Menurut Caplan (dalam Agusti & Leonardi 2015, hal. 10) *problematic internet use* adalah pola

pemikiran yang terobesi untuk *online* dan adanya keinginan yang besar untuk *online* sehingga sulit untuk mengontrol waktu penggunaan internet. Fenomena *problematic smartphone use* sendiri didefinisikan sebagai suatu perilaku penggunaan *smartphone* secara berlebihan dimana perilaku tersebut akan membuat individu hanya fokus pada *smartphone*-nya saja dan mengalihkan rutinitasnya sehari-hari.

Kebiasaan mahasiswa dalam mengakses *smartphone* tentunya tidak hanya muncul begitu saja, tetapi bisa dipicu oleh beberapa hal salah satunya karena stres akademik. Menurut Fieldman (dalam Simangunsong dan Sawitri, 2017, hal. 55) stres adalah proses menilai suatu peristiwa sebagai sesuatu yang mengancam, menantang, atau berbahaya, dan seseorang merespons peristiwa itu pada tingkat fisiologis, emosional, kognitif, dan perilaku. Menurut Yusuf dalam (Azmy, Nurihsan, & Yudha, 2017, hal. 199) terdapat empat macam reaksi seseorang yang mengalami stres yaitu 1) reaksi fisik berupa kesulitan tidur dan merasa sakit kepala 2) reaksi emosional ditandai dengan merasa cemas 3) reaksi perilaku ditandai dengan berbohong hingga membolos 4) reaksi proses berpikir ditandai dengan sulit berkonsentrasi. Sedangkan stres yang disebabkan oleh pelajaran atau proses belajar seseorang disebut dengan stres akademik, menurut Barseli (2017, hal. 143) stres akademik adalah suatu kondisi dimana seorang mahasiswa tidak mampu memenuhi tuntutan akademik dan merasa bahwa tuntutan akademik yang diterima menjadi beban. Stres akademik adalah masalah yang kerap dialami oleh seorang pelajar termasuk mahasiswa, ada beberapa faktor penyebab stres pada mahasiswa yaitu tuntutan akademik yang dinilai terlampaui berat, hasil ujian yang buruk, tugas yang menumpuk, dan lingkungan pergaulan, lalu dalam penelitian Hamrat dkk (2019, hal. 17) menyatakan terdapat pengaruh positif stres akademik dengan *problematic smartphone use*, dia menambahkan semakin tinggi stres akademik yang dialami mahasiswa, maka semakin tinggi pula kecenderungan kecanduan *smartphone* yang dialaminya. Selanjutnya dalam hasil penelitian Karuniawan A, (2013, hal. 20) terdapat pengaruh signifikan stres akademik terhadap *problematic smartphone use*. Hal tersebut bisa terjadi karena ketika seseorang telah mengalami stres akademik saat mempelajari sesuatu akan berusaha mengalihkan perhatiannya ke *smartphone*. Penelitian yang dilakukan oleh Ambarawati dkk (2017, hal. 43) Tingkat stres pada

mahasiswa menunjukkan stres ringan sebanyak 35,6%, stres sedang 57,4 %, dan stres berat sebanyak 6,9 %. Tingkat stres tertinggi dialami oleh jenis kelamin perempuan dengan hasil stres sedang 33,6 %, dan tingkat stres berat 4,0%. Gambaran tingkat stres pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Magelang menunjukkan stres sedang sebanyak 33,6.

Stres akademik dapat mempengaruhi mahasiswa untuk mengakses *smartphone*, ini bisa terjadi karena ketika mahasiswa sudah merasa jenuh dan lelah terhadap kegiatan belajarnya dia akan mencari hiburan dan berusaha menghilangkan rasa jenuhnya, hal ini disebabkan *smartphone* mampu memberikan hiburan selain itu *smartphone* sangat mudah diakses oleh mahasiswa karena hampir setiap saat mahasiswa akan selalu membawa *smartphone*. Kemudahan mengakses *smartphone* yang membuat mahasiswa terbiasa menggunakan *smartphone* untuk menghilangkan jenuhnya belajar, namun kebiasaan ini seringkali membuat mahasiswa lupa atau bahkan malas untuk mengerjakan tugasnya dan bisa menjadi kebiasaan buruk yang mengarah kepada kecanduan bermain *smartphone*. Menurut Adib (2021, hal. 176) Kecanduan teknologi (dalam hal ini *smartphone*) bisa mempengaruhi perkembangan otak karena terganggunya fungsi PFC (*Pre-Frontal Cortex*). PFC atau *Pre-Frontal Cortex* adalah bagian otak yang mengontrol emosi, pengendalian diri, tanggung jawab, pengambilan keputusan, dan nilai moral lainnya. Mahasiswa yang kecanduan teknologi, seperti *game online*, menghasilkan terlalu banyak hormon *dopamine* di otak mereka, sehingga mengganggu fungsi PFC, hal ini akan berpengaruh terhadap aktivitas yang dilakukan mahasiswa tidak terkecuali dalam belajar. Mahasiswa yang sudah mengalami ketergantungan terhadap *smartphone* akan mengalami kesulitan berkonsentrasi dalam belajar, alih – alih menghilangkan jenuh dalam belajar, hal tersebut akan memperparah stres yang dialami, ini dapat terjadi ketika mahasiswa yang mempelajari sesuatu yang tingkat kesulitannya cukup tinggi, termasuk mempelajari pelajaran matematika.

Pelajaran matematika adalah salah satu pelajaran yang sulit dipahami hal ini dapat menjadi alasan beberapa mahasiswa yang mempelajari matematika dapat mengalami stres akademik, selain itu dengan adanya stigma mengenai matematika adalah pelajaran yang sulit, hal ini akan mempengaruhi menurunnya minat belajar dan berpotensi menimbulkan stres akademik. Menurut Siregar (2017, hal. 225)

siswa yang menganggap matematika sebagai mata pelajaran yang relatif sulit dan yang memiliki kesan dan pengalaman negatif tentang matematika umumnya memiliki dampak negatif pada motivasi mereka untuk belajar matematika dan kemampuan beradaptasi akademik mahasiswa . Lalu dalam penelitian Suryana (2012, hal. 38) materi matematika yang ada diperguruan tinggi semakin sulit dipahami, ia menambahkan pembelajaran matematika sering dipandang negatif oleh siswa, dengan kesulitan yang signifikan dalam beberapa proses matematika seperti penalaran, pemecahan masalah non-rutin, dan pembuktian. Selain itu pembelajaran matematika yang dilakukan secara daring akan menambah tingkat kesulitan dalam memahami materi, karena beberapa mahasiswa belum bisa beradaptasi terhadap pembelajaran secara daring.

Dari berbagai fenomena dan hasil penelitian sebelumnya, maka penting untuk dilakukan penelitian mengenai *problematic smartphone use* dan stres akademik pada mahasiswa. Penelitian ini perlu untuk dilakukan karena *problematic smartphone use* dan stres akademik akan berdampak negatif terhadap fisik, psikis, maupun sosial maka dari itu perlu adanya penelitian agar dapat dilakukan suatu pembenahan. Oleh sebab itu penulis mengajukan judul yaitu “Analisis *problematic smartphone use* pada stres akademik mahasiswa Tadris Matematika IAIN Syekh Nurjati Cirebon”

1. 2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan, identifikasi masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Penggunaan *smartphone* yang tidak teratur menyebabkan mahasiswa mengalami *problematic smartphone use*.
2. Stres akademik dapat memicu terjadinya *problematic smartphone use*.
3. *Problematic Smartphone Use* dapat menyebabkan terganggunya fungsi sehari-hari pada individu, yang meliputi produktivitas, hubungan sosial, kesehatan fisik atau pada kesejahteraan emosional pada perkuliahan.
4. Pembelajaran matematika yang dilakukan secara daring membuat mahasiswa mengalami stres akademik.

5. Pelajaran matematika adalah pelajaran yang cukup sukar untuk dipahami sehingga bisa membuat mahasiswa mengalami stres akademik.

1. 3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang sudah diuraikan, pembatasan masalah dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui lebih jauh pengaruh stres akademik terhadap *problematic smartphone use* pada mahasiswa yang dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Analisis *problematic smartphone use* ditinjau dari stres akademik mahasiswa.
2. Stres akademik dianalisis dari pengalaman pembelajaran matematika mahasiswa secara *online*.
3. Identifikasi *problematic smartphone use* terhadap mahasiswa tadrir matematika IAIN Syekh Nurjati.

1. 4. Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran *problematic smartphone use* dikalangan mahasiswa Tadris Matematika IAIN Syekh Nurjati Cirebon?
2. Bagaimana gambaran stres akademik dikalangan mahasiswa Tadris Matematika IAIN Syekh Nurjati Cirebon?
3. Bagaimana identifikasi *problematic smartphone use* berdasarkan stres akademik mahasiswa Tadris Matematika IAIN Syekh Nurjati Cirebon?
4. Faktor apa saja yang mempengaruhi mahasiswa mengalami *problematic smartphone use*?

1. 5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengetahui gambaran *problematic smartphone use* dikalangan mahasiswa Tadris Matematika IAIN Syekh Nurjati Cirebon

2. Mengetahui gambaran stres akademik mahasiswa dikalangan mahasiswa Tadris Matematika IAIN Syekh Nurjati Cirebon
3. Mengetahui identifikasi *problematic smartphone use* pada stres akademik mahasiswa Tadris Matematika IAIN Syekh Nurjati Cirebon
4. Mengetahui faktor-faktor yang melatarbelakangi mahasiswa mengalami *problematic smartphone use* mahasiswa

1. 6. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan akan memberi manfaat sebagai berikut :

1.6.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah ilmu pengetahuan mengenai analisis *problematic smartphone use* ditinjau dari stres akademik mahasiswa. Sehingga dapat dijadikan rujukan atau acuan untuk penelitian dalam wilayah pendidikan maupun psikologi

1.6.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pengalaman dan rujukan dalam melakukan penelitian mengenai *problematic smartphone use*, dan stres akademik pada pembelajaran matematika mahasiswa.

2. Bagi Dosen

Penelitian ini dapat bermanfaat untuk dosen matematika agar dapat mengetahui gejala dan factor terkait *problematic smartphone use* yang dialami oleh mahasiswa berdasarkan stres akademik yang dimiliki oleh setiap individu mahasiswa serta memberikan intervensi dan memberikan kepada mahasiswa yang mengalami *problematic smartphone use* dan stres akademik.

3. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini digunakan sebagai kontribusi atas pemikiran mahasiswa untuk meningkatkan kualitas pembelajaran mahasiswa untuk meningkatkan kualitas pembelajaran, terutama untuk kebutuhan konsultasi institusi pendidikan.

4. Bagi Intansi

Penelitian ini sebagai masukan untuk institusi dalam mengatasi permasalahan gangguan belajar mahasiswa (*problematic smartphone use* dan stres akademik) dalam pembelajaran matematika dengan melakukan kontrol serta evaluasi dalam proses pembelajaran sehingga dapat meningkatkan mutu pendidikan dan pembelajaran yang lebih baik.

