

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap manusia memiliki resiko terkena gangguan mental berupa gangguan depresi dan kecemasan pada saat menghadapi tekanan, tantangan, dan konflik yang terjadi pada kehidupannya. Kecemasan sendiri didefinisikan sebagai perasaan yang tidak menyenangkan yang akan terjadi. Kecemasan bisa menjadi suatu gangguan jiwa jika menimbulkan ketakutan yang hebat dan menetap pada individu. Gangguan kecemasan sulit dibedakan dengan depresi karena penderita depresi sering menunjukkan gejala-gejala kecemasan (Lumongga, 2016).

Menurut data WHO (2016), terdapat sekitar 35 juta orang terkena depresi, 60 juta orang terkena bipolar, 21 juta terkena skizofrenia, serta 47,5 juta terkena dimensia. Di Indonesia, dengan berbagai faktor biologis, psikologis dan sosial serta keanekaragaman penduduk, maka jumlah kasus gangguan jiwa terus bertambah yang berdampak pada penambahan beban negara dan penurunan produktivitas manusia untuk jangka panjang. Data Riskesdas 2017 dan 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 6.1% dari jumlah penduduk Indonesia. Pada provinsi Jawa Timur pada tahun 2017 sekitar 4,4%, sedangkan tahun 2018 sekitar 5,9 % berdasarkan jumlah penduduk provinsi Jawa Timur. Hal ini menunjukkan terjadinya peningkatan gangguan mental pada tahun 2017 dan 2018.

Kecemasan dan stress juga saling berhubungan. Keadaan yang mengancam mengakibatkan seseorang menjadi tertekan, sehingga dapat menimbulkan ketegangan secara fisik maupun secara psikologis. Saat seseorang mengalami keadaan stress membuat dirinya merasa tertekan dan hal itu dianggap menjadi suatu ancaman terhadap ego dan harga dirinya yang dapat menyebabkan seseorang merasa cemas (Candra dkk., 2017). Kurangnya pengetahuan masyarakat mengenal gejala, bahaya dan cara menangani gangguan kecemasan dan depresi menjadi penyebab utama gangguan tersebut. Hal ini akan menyebabkan turunnya produktivitas seseorang, terjadinya gangguan organ pada tubuh yang mengakibatkan timbulnya penyakit tertentu yang berbahaya, serta yang paling penting akan meningkatkan kejadian bunuh diri (Sevani & Silvia, 2015).

Penyuluhan kesehatan merupakan suatu program yang ditujukan kepada kelompok atau perorangan untuk menambah pengetahuan. Tujuannya untuk mendapatkan perilaku hidup sehat dan mempengaruhi masyarakat dengan cara penyampaian pesan. Media adalah suatu alat atau sejenisnya yang dapat dipergunakan untuk membawa pesan dalam suatu kegiatan pembelajaran. Pesan yang dimaksud adalah materi pembelajaran, dimana keberadaan media dapat mempermudah untuk dipahami atau dimengerti (Hamdani, 2013).

Menurut Siti dan Mega (2017) Perkembangan sistem operasi android, mulai dari gadget, tablet PC, *smartphone* dan aplikasi lain yang memiliki sistem operasi android lainnya. Kelebihan menggunakan aplikasi android pada *smartphone* antara lain aplikasi android dapat multitasking, terdapat peringatan dan pemberitahuan, aplikasi android merupakan aplikasi

opensource yang berarti aplikasi android dapat diakses secara gratis dan banyak *smartphone* menggunakan aplikasi android daripada iOS. Hal tersebut menjadi suatu alasan untuk mendukung peserta didik memiliki dan menggunakan android dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan *smartphone* sendiri tengah populer di dunia dan tidak ketinggalan dengan Indonesia. Dengan adanya *smartphone* dapat memberikan dampak yang sangat besar bagi kehidupan manusia dan memberikan banyak kemudahan dalam penggunaannya. Sehingga aplikasi *smartphone* dapat dijadikan sebagai suatu inovasi dalam pendidikan kesehatan (Muyaroah & Fajartia, 2017).

Berdasarkan hal tersebut peneliti berinisiatif untuk melakukan penelitian menggunakan studi literatur tentang pengaruh aplikasi android sebagai upaya menurunkan kecemasan.

1.2 Pembatasan dan Rumusan Masalah

1.2.1 Pembatasan

Agar penelitian ini dapat dilakukan lebih fokus, sempurna, dan mendalam maka peneliti memandang permasalahan penelitian yang diangkat perlu dibatasi variabelnya. Oleh sebab itu, peneliti menentukan batasan yakni penggunaan aplikasi android terhadap kecemasan.

1.2.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti ingin mengembangkan “Adakah pengaruh aplikasi android sebagai upaya menurunkan kecemasan?”.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Studi literatur ini bertujuan untuk mencari teori yang relevan untuk mengetahui pengaruh aplikasi android sebagai upaya menurunkan kecemasan

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi menu pada aplikasi android .
2. Mengidentifikasi faktor yang mempengaruhi kecemasan.
3. Mengidentifikasi pengaruh aplikasi android terhadap kecemasan.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Sebagai referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan penggunaan aplikasi terhadap kecemasan

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Peneliti

Menambah kemampuan, wawasan, dan pengetahuan tentang penggunaan aplikasi android.

b. Institusi Pendidikan

Diharapkan penelitian ini dapat sebagai pertimbangan dalam proses pembelajaran dan referensi pembanding untuk penelitian selanjutnya.

c. Mahasiswa

Rancangan ini diharapkan dapat memberikan kemudahan bagi mahasiswa dalam memperoleh informasi mengenai proses penulisan karya tulis ilmiah studi literatur.