

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi digital dalam lima tahun terakhir telah mendorong perubahan yang signifikan dalam pola penggunaan perangkat elektronik di berbagai aspek kehidupan, terutama di bidang pendidikan. Perangkat digital seperti smartphone, laptop, dan tablet kini semakin sering dimanfaatkan mahasiswa sebagai sarana belajar, berkomunikasi, bersosialisasi, serta mengeksplorasi informasi. Keberadaan teknologi ini tidak hanya memperluas akses terhadap sumber belajar, tetapi juga secara tidak langsung meningkatkan durasi penggunaan perangkat digital, yang dikenal sebagai screen time (BPS, 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO), *screen time* merupakan waktu yang dihabiskan seseorang menggunakan media berbasis layar, seperti smartphone, tablet, komputer, laptop, dan televisi, baik untuk aktivitas belajar, bekerja, hiburan, maupun aktivitas lainnya (Organization, 2020).

Hasil survei nasional menunjukkan bahwa penetrasi internet di Indonesia terus meningkat dari tahun ke tahun. Berdasarkan survei *Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia* (APJII), jumlah pengguna internet di Tanah Air telah mencapai lebih dari 221 juta jiwa pada tahun 2024, setara dengan sekitar 79,5% populasi Indonesia. Tren ini menunjukkan perluasan akses digital di berbagai wilayah dan kelompok usia masyarakat. Selain itu,

mayoritas akses internet dilakukan melalui perangkat seluler seperti smartphone, dengan persentase pengguna perangkat ini mencapai lebih dari 83% dari total pengguna internet nasional. Hal ini menunjukkan dominasi perangkat mobile sebagai media utama untuk mengakses layanan digital di Indonesia (Jasa, 2024).

Data BPS juga menguatkan gambaran penetrasi digital di masyarakat, di mana sekitar 72,8% penduduk Indonesia menggunakan internet secara aktif pada tahun 2024. Penggunaan telepon seluler berbasis internet semakin meluas di hampir semua kelompok umur, sedangkan penggunaan perangkat tradisional seperti telepon kabel justru menurun. Statistik ini mencerminkan bahwa masyarakat Indonesia termasuk generasi muda, telah terbiasa memanfaatkan teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari (BPS, 2024).

Sejumlah penelitian mengungkap bahwa kelompok remaja dan mahasiswa merupakan pengguna utama perangkat digital di Indonesia. Penelitian kesehatan masyarakat menunjukkan bahwa lebih dari 50% pengguna gadget di Indonesia adalah remaja berusia di bawah 25 tahun, dan sekitar 42,4% dari mereka mengalami kecanduan internet atau ketergantungan berlebihan terhadap perangkat digital. Selain itu, sekitar 77% remaja Indonesia mengakses internet melalui smartphone untuk berbagai aktivitas, termasuk pendidikan, media sosial, dan hiburan digital. Pola penggunaan ini tidak hanya menjadi fenomena lokal, tetapi juga konsisten dengan tren global, di mana mayoritas remaja melaporkan penggunaan smartphone lebih dari dua jam per

hari, terutama untuk layanan media sosial dan konten video digital yang semakin mudah diakses (BPS, 2024).

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang pesat telah membawa perubahan signifikan dalam kehidupan mahasiswa, termasuk dalam proses pembelajaran. Penggunaan perangkat digital seperti smartphone menjadi bagian yang tidak terpisahkan, dengan hampir seluruh masyarakat usia  $\geq 16$  tahun di Indonesia (98,7%) mengakses internet melalui smartphone (DetikInet, 2025; Kominfo RI). Tingginya penggunaan ini tercermin dari durasi *screen time* yang mencapai rata-rata 6,05 jam hingga lebih dari 7,5 jam per hari (Kompas, 2024; Kompas, 2025). Pada kelompok mahasiswa, durasi tersebut bahkan lebih tinggi, yaitu sekitar 7,2 jam hingga 11,58 jam per hari, dengan mayoritas berada pada kategori penggunaan tinggi ( $>7$  jam/hari) (Khalida, 2024; Salsabila et al., 2022).

Tingginya *screen time* memberikan dampak ganda. Di satu sisi, teknologi digital mendukung pembelajaran melalui kemudahan akses informasi. Namun, di sisi lain, penggunaan berlebihan berkaitan dengan penurunan konsentrasi, kualitas tidur yang buruk, serta menurunnya produktivitas akademik (Salam & Nurdin, 2024). Selain itu, *screen time* yang tinggi juga berdampak pada kesehatan mental dan fisik, di mana 34,9% remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental (Kemenkes RI; UNICEF Indonesia, 2022). Dampak tersebut meliputi gangguan tidur, kecemasan sosial akibat perbandingan di media sosial, serta cyberbullying yang dapat menurunkan harga diri dan meningkatkan risiko depresi (Aulia & Ifdil, 2017; Rihyanti, 2023; Fardouly et

al., 2015; UNICEF Indonesia, 2020; Kowalski et al., 2014). Selain itu, dampak fisik seperti nyeri leher (tech neck), kelelahan mata, serta gaya hidup sedentary juga meningkatkan risiko obesitas, diabetes tipe 2, dan penyakit kardiovaskular (Xie et al., 2020; Kurniawan & Fitri, 2019; Nainggolan, 2025).

Motivasi belajar merupakan faktor penting dalam keberhasilan akademik mahasiswa, yang dipengaruhi oleh kemampuan dalam mengelola perhatian, emosi, serta tujuan belajar (Uno, 2021; Santrock, 2021). Motivasi ini dipengaruhi oleh faktor internal seperti minat dan tujuan karier, serta faktor eksternal seperti lingkungan belajar dan metode pembelajaran (Rullyta Jani Irawati, 2025). Namun, tingginya screen time yang tidak terkontrol dapat menyebabkan distraksi, menurunkan fokus, serta mengurangi waktu belajar efektif, sehingga berpotensi menurunkan motivasi belajar mahasiswa (Sardiman, 2018).

Pada mahasiswa kebidanan, motivasi belajar memiliki peran yang sangat penting karena tidak hanya berkaitan dengan pencapaian akademik, tetapi juga kesiapan dalam praktik klinik. Pendidikan kebidanan menuntut penguasaan teori dan keterampilan secara seimbang, sehingga rendahnya motivasi belajar dapat berdampak pada kualitas kompetensi dan kesiapan sebagai tenaga kesehatan (Notoatmodjo, 2018; Wulandari, 2021). Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan antara screen time dengan motivasi belajar, di mana penggunaan perangkat digital yang berlebihan cenderung berkorelasi dengan penurunan motivasi belajar (Syafuruddin & Sutriawan, 2025).

Program Studi Kebidanan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya merupakan salah satu institusi pendidikan tenaga kesehatan yang menyelenggarakan pendidikan kebidanan dengan tujuan menghasilkan lulusan yang kompeten, profesional, dan mampu memberikan pelayanan kesehatan ibu dan anak secara optimal. Proses pembelajaran di program studi ini memadukan kegiatan perkuliahan teori, praktikum laboratorium, dan praktik klinik di berbagai fasilitas pelayanan kesehatan. Untuk mendukung proses pembelajaran tersebut, mahasiswa memanfaatkan berbagai perangkat digital, seperti smartphone, laptop, tablet, dan komputer, dalam mengakses materi perkuliahan, jurnal ilmiah, media pembelajaran daring, sistem informasi akademik, serta berkomunikasi dengan dosen maupun sesama mahasiswa.

Kondisi ini menyebabkan penggunaan perangkat berbasis layar (*screen time*) menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari aktivitas akademik mahasiswa sehari-hari. Meskipun pemanfaatan teknologi digital memberikan kemudahan dalam memperoleh informasi dan menunjang proses belajar, penggunaan *screen time* yang berlebihan berpotensi menimbulkan distraksi, menurunkan konsentrasi, serta mengurangi efektivitas belajar yang pada akhirnya dapat memengaruhi motivasi belajar mahasiswa. Hingga saat ini, penelitian mengenai hubungan antara *screen time* dengan motivasi belajar pada mahasiswa Program Studi Kebidanan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya masih terbatas, sehingga penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan gambaran mengenai hubungan kedua variabel tersebut sebagai

dasar dalam upaya mengoptimalkan pemanfaatan teknologi digital dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan uraian tersebut, penting untuk mengkaji hubungan antara screen time dengan motivasi belajar pada mahasiswa kebidanan guna mengetahui sejauh mana penggunaan perangkat digital memengaruhi proses pembelajaran dan kesiapan praktik klinik mahasiswa.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, penggunaan perangkat digital dengan durasi yang semakin meningkat berpotensi memengaruhi motivasi belajar mahasiswa. Hingga saat ini, belum diketahui secara jelas apakah terdapat hubungan antara screen time dengan motivasi belajar pada mahasiswa Program Studi Kebidanan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Oleh karena itu, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Apakah terdapat hubungan antara screen time dengan motivasi belajar pada mahasiswa Program Studi Kebidanan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Tahun 2026?"

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara *screen time* dengan motivasi belajar mahasiswa Program Studi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Tahun 2026.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengukur *screen time* pada mahasiswa Program Studi Kebidanan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

- b. Mengukur tingkat motivasi belajar mahasiswa Program Studi Kebidanan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
- c. Menganalisis hubungan antara *screen time* dengan motivasi belajar mahasiswa Program Studi Kebidanan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

#### **D. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara screen time dengan motivasi belajar pada mahasiswa Program Studi Kebidanan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Penelitian dilaksanakan pada tahun 2026 di Program Studi Kebidanan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya dengan subjek penelitian mahasiswa Tahun Akademik 2025/2026. Sampel penelitian berjumlah 80 responden yang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi serta teknik pengambilan sampel yang telah ditetapkan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional, yaitu pengumpulan data variabel independen dan variabel dependen dilakukan pada waktu yang bersamaan. Variabel independen dalam penelitian ini adalah screen time, sedangkan variabel dependen adalah motivasi belajar mahasiswa.

Ruang lingkup penelitian dibatasi pada analisis hubungan antara screen time dengan motivasi belajar mahasiswa. Penelitian ini tidak mengkaji faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi motivasi belajar, seperti lingkungan belajar, metode pembelajaran, beban akademik, dukungan keluarga, maupun faktor individu mahasiswa. Dengan demikian, hasil penelitian diharapkan dapat memberikan

gambaran mengenai hubungan antara screen time dengan motivasi belajar pada mahasiswa Program Studi Kebidanan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

## **E. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan terutama dalam bidang pendidikan kesehatan, khususnya terkait pengaruh teknologi digital terhadap perilaku belajar mahasiswa.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Institusi Pendidikan (Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya)**

Menjadi bahan pertimbangan bagi institusi dalam penyusunan program-program akademik dan strategi pembelajaran yang efektif terkait pemanfaatan smartphone di lingkungan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

#### **b. Bagi Mahasiswa**

Memberikan pemahaman dan meningkatkan kesadaran mahasiswa mengenai dampak screen time terhadap motivasi belajar, sehingga mahasiswa mampu mengelola penggunaan smartphone secara bijak untuk menunjang keberhasilan akademik.

#### **c. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Menjadi dasar dan referensi bagi penelitian lanjutan mengenai screen time dan berbagai aspek perilaku akademik di lingkungan pendidikan kesehatan dan perguruan tinggi lainnya.

