



HUBUNGAN ANTARA *NOMOPHOBIA* DENGAN PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN

Theresia Salsabilla¹, Vivi Meidianawaty², Duddy Fachrudin²

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati,

²Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati,

theresia.salsabilla11@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: *Nomophobia* merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan kondisi psikologis berupa cemas, ketakutan, panik, kesepian, kegelisahan seseorang yang diakibatkan tidak menggunakan *smartphone*. Dalam dunia pendidikan, *Nomophobia* dapat mempengaruhi penurunan akademik karena dapat membuat mahasiswa menjadi kurang waktu untuk belajar dan tidur, mudah untuk kehilangan energi, memiliki gaya hidup yang kurang sehat, dan terganggu dalam menyelesaikan tugas. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan antara *Nomophobia* dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon. **Metode:** Penelitian ini dilakukan dengan metode observasional dengan rancangan *Cross Sectional*, penelitian menggunakan kuisioner *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) dari Calgar Yildirim dengan skala likert 1 sampai 7 yang sudah divalidasi dan dilakukan realibilitas menggunakan *Alpha Cronbach* didapatkan 0,945. Pengambilan data dilakukan dengan teknik *simple random sampling*. Data yang didapat kemudian dilakukan analisis menggunakan uji korelasi pearson untuk mengetahui hubungan antara *Nomophobia* dengan prestasi akademik. **Hasil:** Tingkat *Nomophobia* responden yaitu 16 responden berada dikategori *mild* atau rendah, 87 responden berada dikategori *moderate* atau sedang, dan 31 responden berada dikategori *severe* atau berat. Tingkat prestasi akademik responden yaitu 80 responden berada dikategori rendah, 50 responden berada dikategori sedang, dan 4 responden berada dikategori tinggi. Dari 200 responden yang mengembalikan kuisioner sebanyak 134 orang. Data diolah dengan menggunakan SPSS didapatkan nilai signifikan (p) 0,504 yang berarti tidak terdapat hubungan antara *Nomophobia* dengan prestasi akademik. **Kesimpulan:** Tidak terdapat hubungan antara *Nomophobia* dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon.

Kata Kunci: *Nomophobia*, Prestasi Akademik, Fakultas Kedokteran

ABSTRACT

Background: *Nomophobia* describes psychological conditions including anxiety, fear, panic, and loneliness suffered by someone from not using *smartphone*. In the world of education, *Nomophobia* can affect academic decline because it can make students have less time to study and sleep, easy to lose energy, have an unhealthy lifestyle, and are disrupted in completing assignments. **Objective:** to find out the correlation between *Nomophobia* and the student academic achievements of Faculty of Medicine Swadaya Gunung Jati University. **Method:** This research was conducted using an observational method with a *Cross sectional* design. This research used a *Nomophobia Questionnaire* (NMP-Q) with a Likert scale of 1 to 7 from Calgar Yildirim that has been tested for validity and reliability using *Alpha Cronbach* obtaining 0.945. Data collection technique used *simple random sampling*. The data obtained were then analyzed using the Pearson correlation test to determine the correlation between *Nomophobia* and academic achievement. **Results:** The results of analysis show that 16 respondents had mild *Nomophobia* level, 87 respondents had moderate *Nomophobia* level, and 31 respondents had severe *Nomophobia* level. In addition, 80 respondents had low academic achievement level, 50 respondents had medium academic achievement level, and 4 respondents had academic achievement level. Questionnaires were distributed to 200 respondents, and only 134 respondents submitted the questionnaires. Data processed using SPSS obtained a significant p value of 0.504 which means there is no relationship between *Nomophobia* with academic achievement. **Conclusion:** There is no relationship between *Nomophobia* with academic achievements of the Faculty of Medicine students of the Swadaya Gunung Jati University Cirebon. **Keywords:** *Nomophobia*, Academic Achievement, Faculty of Medicine

Latar Belakang

Nomophobia atau *No Mobile Phone Phobia* digunakan untuk menggambarkan kondisi psikologis seseorang dari rasa takut terhadap ketidakmampuan untuk tidak menggunakan *smartphone*. Berdasarkan pada panduan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM) IV*, istilah *Nomophobia* termasuk fobia dengan hal tertentu atau spesifik, beberapa hal psikologis yang terlibat ketika tidak menggunakan *smartphone* misalnya harga diri yang rendah, dan cemas.⁽¹⁾ Terjadi beberapa perubahan emosional yaitu kecemasan, depresi, panik, ketakutan, kesepian serta perubahan pola nafas yang signifikan pada *Nomophobia* dikarenakan kehilangan *smartphone* atau baterai habis.⁽²⁾ Istilah gangguan yang mengacu pada ketidaknyamanan, kecemasan, kegelisahan atau kesedihan yang disebabkan tidak bisa menggunakan atau berada jauh dari *smartphone* diciptakan pada penelitian pada tahun 2010 oleh Kantor Pos Inggris yang memberi tugas kepada YouGov organisasi penelitian berbasis di Inggris sebanyak 2163 orang sampel yang diambil untuk melihat kecemasan yang diderita oleh pengguna *smartphone*. Penelitian ini menemukan hampir 53% pengguna *smartphone* di Inggris cenderung cemas ketika kehilangan *smartphone*, kehabisan baterai *smartphone*, atau tidak memiliki jangkauan sinyal serta responden yang lain mengatakan tidak bisa jauh berlama-lama dari *smartphone* dan ada beberapa yang menggunakannya saat mandi.⁽³⁾ Data di Indonesia yang didapatkan dari peneliti Ni Nyoman Indah Triwahyuni dengan jumlah responden 221 orang sebanyak 19,9% *Nomophobia* ringan, 67,4% *Nomophobia* sedang dan 12,7% *Nomophobia* berat. Perempuan memiliki level *Nomophobia* lebih tinggi daripada laki-laki.⁽⁴⁾

Smartphone merubah gaya interaksi seseorang dengan sesama melalui perkembangan teknologi sehingga memudahkan seseorang dalam menjalani aktivitas sehari-hari untuk berkomunikasi dan mendapatkan informasi atau pengetahuan secara *online*.⁽⁵⁾

Teknologi *smartphone* memiliki kemajuan yang signifikan bagi banyak orang terutama untuk kepentingan pendidikan. Penelitian Norrais, Hossain, dan Soloway menunjukkan prestasi siswa mengalami peningkatan yang signifikan pada saat menggunakan *smartphone* dalam kegiatan pembelajaran karena membantu untuk menyelesaikan tugas-tugasnya. Peneliti Kumar menunjukkan bahwa mahasiswa yang menjadi respondennya mengunduh kuliah *online* dan membaca *e-book* untuk meningkatkan pembelajaran, sehingga penelitian tersebut menggambarkan bahwa *smartphone* telah membuat ruang yang canggih yang dapat dipelajari oleh siswa dan semakin banyak siswa yang menghabiskan waktunya untuk menggunakan aplikasi seluler.⁽⁶⁾ Penggunaan *smartphone* pada mahasiswa kedokteran digunakan untuk mencari referensi medis atau penelitian yang berkaitan dengan studi. Tetapi ada pula yang menggunakan *smartphone* diluar keperluan studi contohnya kepentingan pribadi, seperti penelitian pada mahasiswa kedokteran yang dilakukan di Arab Saudi 71,2% menggunakan *smartphone* untuk keperluan studi, dan tiga perempat dari responden menggunakan *smartphone* untuk keperluan pribadi yang tidak ada keterkaitannya dengan keperluan studi.⁽⁷⁾ Penggunaan *smartphone* sangat penting untuk mahasiswa kedokteran karena bisa mengakses internet melengkapi informasi edukasi yang dibutuhkan. Tetapi karena



penggunaan tidak hanya untuk edukasi, membuat frekuensi pemakaian lebih lama sehingga membuat seseorang merasa gelisah ketika tidak membawa *smartphone*.⁽⁸⁾ *Nomophobia* dapat mempengaruhi penurunan akademik. Pernyataan ini sejalan dengan penelitian dari Hawi dan Samaha yang menjelaskan hubungan ketergantungan *smartphone* dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), pada penelitian Kim di Korea Selatan menyatakan *Nomophobia* mempengaruhi keberhasilan siswa karena siswa tidak dapat menyelesaikan tugas. Penelitian di Arab Saudi menyatakan mahasiswa kekurangan waktu tidur, kehilangan energi, memiliki gaya hidup yang tidak sehat serta mengalami penurunan akademik.⁽⁹⁾ Berdasarkan teori yang didapatkan dari jurnal yang berjudul “*Study of mobile phone usage in medical students of deemed university of Western Maharashtra*” frekuensi penggunaan pada mahasiswa

Methods

Persetujuan *ethical clearance* No. 20/EC/FKUGJ/I/2020 diperoleh dari komisi etik Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati. Penelitian ini termasuk dalam lingkup bidang Ilmu Psikologi dan *Medical Education*. Penelitian menggunakan desain penelitian *observational* dengan desain *cross-sectional*. Sejumlah 134 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati sebagai subjek penelitian dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Subjek adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati angkatan 2018, kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah mahasiswa yang tidak hadir. Skor *Nomophobia* diambil dari hasil pengisian kuisisioner oleh responden, prestasi

kedokteran lebih lama. Peneliti melakukan komunikasi pribadi melalui wawancara sementara, dapat disimpulkan responden sering menggunakan *smartphone* khususnya dalam kegiatan pembelajaran sehingga durasi penggunaannya lebih dari sepuluh jam sehari dan akan merasa kurang nyaman, serta khawatir jika tidak membawa *smartphone*. Pada hasil dari komunikasi pribadi sesuai dengan teori pada seseorang yang memiliki *smartphone* lebih dari empat tahun dan frekuensi penggunaan *smartphone* lebih dari enam jam membuat seseorang lebih ketergantungan pada *smartphone*.⁽⁸⁾ Ketergantungan *smartphone* ini dapat menimbulkan gejala *Nomophobia*,⁽¹⁰⁾ pada keadaan yang melatarbelakangi tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti masalah apakah terdapat hubungan antara *Nomophobia* dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati. akademik responden diambil dari data sekunder berupa nilai blok 3.1 sampai blok 3.3.

Karakteristik responden seperti usia, jenis kelamin dan hasil kuisisioner berupa pertanyaan yang berhubungan dengan penggunaan *smartphone*. Seluruh responden berusia 20 tahun, jenis kelamin responden didominasi oleh perempuan sebanyak 93 orang sedangkan laki-laki sebanyak 41 orang. Lalu kuisisioner berupa pertanyaan yang berhubungan dengan penggunaan *smartphone* didapatkan hasil yaitu yang pertama, responden memilih jenis aplikasi yang sering diakses seperti Instagram sebanyak 90 orang, *Whatsapp* sebanyak 97 orang, Line sebanyak 53 orang, *Facebook* sebanyak 9 orang, Twitter sebanyak 21 orang, *Game* sebanyak 28 orang, dan Youtube sebanyak 11 orang.

Result

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentasi (%)
Usia		
20 tahun	134	100
Jenis Kelamin		
Perempuan	93	69,4
Laki-Laki	41	30,6
Jenis aplikasi yang sering diakses pada <i>smartphone</i> :		
a. Instagram	90	67
b. <i>Whatsapp</i>	97	72
c. Line	53	40
d. <i>Facebook</i>	9	7
e. Twitter	21	16
f. <i>Game</i>	28	21
g. Youtube	11	8
Jaringan internet yang biasa digunakan		
a. Wi-Fi	87	65
b. Paket Data	63	47
Durasi penggunaan <i>smartphone</i> sehari-hari		
a. Lebih dari 5 jam	113	84
b. Kurang dari 5 jam	21	16
Lamanya memiliki <i>smartphone</i>		
a. Lebih dari 4 tahun	126	94
b. Kurang dari 4 tahun	8	6

Kedua, jaringan internet yang biasa responden gunakan yaitu Wi-Fi sebanyak 87 orang dan yang menggunakan paket data sebanyak 63 orang. Ketiga, frekuensi responden menggunakan *smartphone* sehari-hari lebih dari 5 jam sebanyak 113 orang dan yang menggunakan kurang dari 5 jam sebanyak 21 orang. Keempat, lamanya responden memiliki *smartphone* lebih dari

4 tahun sebanyak 126 orang dan yang memiliki *smartphone* kurang dari 4 tahun sebanyak 8 orang. Jumlah responden yang mendapatkan skor *Nomophobia* dikategori *mild* atau rendah sebanyak 16 orang (11,9%), *moderate* atau sedang sebanyak 87 orang (64,9%) dan *severe* atau berat sebanyak 31 orang (23,1%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi tingkatan *Nomophobia*

<i>Nomophobia</i>	Frekuensi (n)	Persentasi (%)
<i>Mild</i>	16	11,9
<i>Moderate</i>	87	64,9
<i>Severe</i>	31	23,1
Total	134	100

**Tabel 3. Distribusi frekuensi prestasi akademik**

Prestasi Akademik	Frekuensi (n)	Persentasi (%)
Rendah	80	59,7
Sedang	50	37,3
Tinggi	4	3,0
Total	134	100

Tabel 4. Distribusi *Nomophobia* berdasarkan prestasi akademik

<i>Nomophobia</i>	Prestasi akademik						N
	Tinggi		Sedang		Rendah		
	N	%	N	%	N	%	
<i>Mild</i>	0	0	4	25	12	75	16
<i>Moderate</i>	2	2,3	37	42,5	48	55,2	87
<i>Severe</i>	2	6,5	9	29	20	64,5	31
Total	4	3	50	37,3	80	59,7	134

Berdasarkan tabel 3 jumlah responden yang mendapatkan prestasi akademik dikategori rendah sebanyak 80 orang (59,7%),

Berdasarkan tabel 4 hasil distribusi responden dengan *Nomophobia mild* paling banyak berada dikategori prestasi akademik rendah yaitu sebanyak 12 orang (75%), responden dengan *Nomophobia moderate* paling banyak berada dikategori prestasi akademik rendah yaitu sebanyak 48 orang (55,2%), dan responden dengan *Nomophobia severe* paling banyak berada dikategori prestasi akademik rendah yaitu sebanyak 20 orang (64,5%). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa dari setiap kategori prestasi akademik dan tingkatan *Nomophobia*, distribusi atau penyebaran yang jumlahnya paling banyak adalah responden dengan *Nomophobia moderate* yang memiliki prestasi akademik rendah.

kategori sedang sebanyak 50 orang (37,3%) dan kategori tinggi sebanyak 4 orang (3%).

Berdasarkan tabel 5 yang dianalisis menggunakan uji korelasi pearson pada tingkatan *Nomophobia mild* nilai signifikan (p) sebesar 0,544 yang berarti tidak terdapat hubungan antara *Nomophobia mild* dengan prestasi akademik. Pada tingkatan *Nomophobia moderate* nilai signifikan (p) sebesar 0,267 yang berarti tidak terdapat hubungan antara *Nomophobia moderate* dengan prestasi akademik. Pada tingkatan *Nomophobia severe* nilai signifikan (p) sebesar 0,736 yang berarti tidak terdapat hubungan antara *Nomophobia severe* dengan prestasi akademik.

Hasil uji korelasi keseluruhan dari semua tingkatan *Nomophobia* menunjukkan nilai signifikan (p) sebesar 0,504 yang berarti tidak terdapat hubungan antara *Nomophobia* dengan prestasi akademik.

Tabel 5. Hubungan *Nomophobia* dengan prestasi akademik

Nomophobia	Prestasi akademik			p value	r
	Tinggi (n)	Sedang (n)	Rendah (n)		
Mild	0	4	12	0,544	0,164
Moderate	2	37	48	0,267	-0,206
Severe	2	9	20	0,736	0,037
Nomophobia keseluruhan	4	50	80	0,504	-0,058

Tabel 6. Hubungan *Nomophobia* dengan prestasi akademik pada jenis kelamin laki-laki

Nomophobia	Prestasi akademik						N	p value	r
	Tinggi		Sedang		Rendah				
	N	%	N	%	N	%			
Mild	0	0	2	40	3	60	5	0,719	0,058
Moderate	1	3,3	11	36,7	18	60	30		
Severe	0	0	2	33,3	4	66,7	6		
Total	1	2,4	15	36,6	25	61	41		

Tabel 7. Hubungan *Nomophobia* dengan prestasi akademik pada jenis kelamin Perempuan

Nomophobia	Prestasi akademik						N	P value	r
	Tinggi		Sedang		Rendah				
	N	%	N	%	N	%			
Mild	0	0	2	18,2	9	81,8	11	0,984	0,002
Moderate	1	1,8	26	45,6	7	52,6	57		
Severe	2	8	7	28	16	64	25		
Total	3	3,2	35	37,6	55	59,1	93		

Tabel 8. Hubungan durasi penggunaan *smartphone* dengan prestasi akademik

Durasi penggunaan <i>smartphone</i>	Prestasi akademik						N	p value	r
	Tinggi		Sedang		Rendah				
	N	%	N	%	N	%			
Kurang dari 5 jam	0	0	6	29	15	71	21	0,208	-0,110
Lebih dari 5 jam	4	4	44	39	65	58	113		
Total	4	3	50	37	80	60	134		

**Tabel 9. Hubungan lama kepemilikan *smartphone* dengan prestasi akademik**

Lama kepemilikan <i>smartphone</i>	Prestasi akademik						N	p value	r
	Tinggi		Sedang		Rendah				
	N	%	N	%	N	%			
< 4 tahun	0	0	1	13	7	87,5	8		
> 4 tahun	4	3	49	39	73	57,9	126	0,098	-0,143
Total	4	3	50	37	80	60	134		

Tabel 10. Analisis Multivariat

Variabel	B	p value	Exp (B)
<i>Nomophobia</i>	0,465	0,276	1,592
Jenis kelamin	-0,059	0,882	0,943
Durasi penggunaan <i>smartphone</i>	-0,487	0,496	0,615
Lama kepemilikan <i>smartphone</i>	-1,649	0,178	0,192

yang berarti tidak terdapat hubungan antara *Nomophobia* dengan prestasi akademik pada jenis kelamin Perempuan

Berdasarkan tabel uji korelasi spearman, nilai signifikansi (p) sebesar 0,208 yang berarti tidak terdapat hubungan antara durasi penggunaan *smartphone* dengan prestasi akademik.

Berdasarkan tabel uji korelasi spearman, nilai signifikansi (p) sebesar 0,098 yang Berdasarkan tabel 6 yang diuji dengan korelasi pearson, nilai signifikansi (p) pada jenis kelamin laki-laki sebesar 0,719 yang berarti tidak terdapat hubungan antara *Nomophobia* dengan prestasi akademik pada jenis kelamin laki-laki

Berdasarkan tabel 7 yang diuji dengan korelasi pearson, nilai signifikansi (p) pada jenis kelamin perempuan sebesar 0,984 berarti tidak terdapat hubungan antara lama kepemilikan *smartphone* dengan prestasi akademik

Berdasarkan tabel 10 diatas, hasil uji regresi *binary logistic* menunjukkan bahwa dari semua variabel, yang paling berhubungan

dengan prestasi akademik adalah *Nomophobia* sebesar 1,592. Nilai signifikan p dari variabel *Nomophobia*, jenis kelamin, durasi penggunaan *smartphone* dan lama kepemilikan *smartphone* lebih besar dari 0,05 artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan. **Discussion** Berdasarkan hasil dari analisis diatas tidak terdapat hubungan antara *Nomophobia* dengan prestasi akademik, lalu dari data jenis kelamin, durasi penggunaan *smartphone*, lama kepemilikan *smartphone* dan *Nomophobia* tidak terdapat hubungan yang signifikan terhadap prestasi akademik karena terdapat beberapa faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi akademik. Jenis kelamin termasuk faktor yang dapat mempengaruhi prestasi akademik, siswa perempuan lebih banyak yang berprestasi dari pada siswa laki-laki karena siswa perempuan cenderung mempunyai kepribadian rapih dalam belajar, motivasi untuk belajar lebih tinggi, sedangkan siswa laki-laki cenderung agak malas.⁽¹⁰⁾ Jumlah mahasiswa perempuan difakultas kedokteran ataupun difakultas lain

meningkat dari waktu ke waktu, namun pada penelitian di Pakistan dengan responden mahasiswa kedokteran tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara prestasi akademik mahasiswa perempuan atau laki-laki dan kemampuan intelektual perempuan sama saja dengan laki-laki.⁽¹¹⁾ Durasi penggunaan *smartphone* dan lamanya kepemilikan *smartphone* dapat pula mempengaruhi prestasi akademik, durasi penggunaan *smartphone* yang lebih dari 5 jam dan lamanya kepemilikan *smartphone* lebih dari 4 tahun dapat membuat mahasiswa ketergantungan *smartphone* dan berefek pada penurunan prestasi akademik.⁽⁸⁾ Durasi penggunaan *smartphone* sehari-hari dan lamanya seseorang menggunakan *smartphone* merupakan faktor yang dapat membuat seseorang menjadi *Nomophobia*. Jika seseorang menggunakan *smartphone* dalam yaitu selama lima sampai enam jam lebih rentan mengalami *Nomophobia*. Pada hasil penelitian ini didapatkan mahasiswa laki-laki memiliki *Nomophobia* yang tinggi dibandingkan mahasiswa perempuan dan berkorelasi positif semakin tinggi *Nomophobia* semakin tinggi pula prestasi akademik, seperti pada penelitian di Inggris laki-laki memiliki presentasi level *Nomophobia* yang tinggi yaitu sebesar 58% dikarenakan mahasiswa percaya jika mereka menghabiskan waktu lebih banyak dengan *smartphone* maka akan mendapatkan nilai yang lebih tinggi.⁽¹²⁾ *Nomophobia* rentan pada mahasiswa karena penggunaannya yang berlebihan. Mahasiswa menggunakan *smartphone* untuk menunjang kegiatan pembelajaran mereka, namun ada juga yang menggunakan *smartphone* bukan hanya untuk mencari materi pembelajaran tetapi untuk bermain *games*, mengakses media sosial (*Whatsapp*, *Line*, *Facebook*, dll) ataupun berbelanja melalui *online*.

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan ini dapat memperburuk masalah kesehatan seperti kesehatan fisik, maupun kesehatan mental.⁽⁸⁾ Seseorang yang sudah ketergantungan *smartphone* atau *gadget* akan merasakan cemas, panik, dan ketakutan jika tidak membawa *smartphone* digenggamannya.⁽²⁾ *Nomophobia* akan mempengaruhi prestasi akademik dikarenakan akan mengganggu siklus tidur, membuat merasa cepat lelah sehingga konsentrasi dalam belajar menjadi berkurang membuat akademik akan menurun.⁽³⁾ Namun, hal yang membuat prestasi akademik menurun bukan hanya distraksi atau gangguan dari penggunaan *smartphone* melainkan terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhinya.

Prestasi akademik dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang dapat mempengaruhi prestasi akademik seperti motivasi belajar, dan kebiasaan belajar. Sedangkan faktor eksternal sikap orangtua terhadap anak dan sikap guru terhadap peserta didik.⁽¹³⁾ Performa atau kinerja seseorang dalam mencapai prestasi akademiknya merupakan hasil dari proses pembelajaran dan kebiasaannya dalam belajar. Diyakini juga bahwa performa peserta didik dipengaruhi oleh motivasi, emosi, kondisi lingkungan dan kelelahan. Faktor-faktor ini merupakan indikator yang cukup akurat mengenai seberapa banyak dia dalam belajar.⁽¹³⁾

Pada beberapa penelitian menyatakan bahwa terdapat faktor yang mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa. Performa akademik dapat dipengaruhi dari interaksi sehari-hari dengan dosen, presentasi suatu materi yang dipaparkan oleh dosen harus menarik agar mahasiswa tertarik untuk mempelajari materi tersebut, dan rasa



hormat pada dosen mempengaruhi pula performa akademik mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh Mlambo menemukan bahwa dari cara mengajar dosen memberikan pengaruh positif pada performa mahasiswa. Cara mengajar yang menarik dan aktif membuat mahasiswa lebih termotivasi untuk masuk kelas. Peneliti Lee dan Rha menyimpulkan bahwa interaksi dan diskusi yang dilakukan dosen dan mahasiswa merupakan cara efektif untuk kegiatan pembelajaran di kelas.⁽⁹⁾

Kebiasaan seseorang dalam belajar juga memberikan peran yang penting dalam pencapaian prestasi akademik yang lebih baik. Beberapa peneliti mengungkapkan efek waktu atau durasi belajar dan durasi tidur mempengaruhi kinerja akademik. Peneliti Kleijin menyatakan fakta bahwa cara belajar dengan *deep learning* akan membuat seseorang berhasil atau mendapatkan hasil yang maksimal ketika ujian, dibandingkan dengan seseorang yang hanya belajar dengan cara *surface learning* yang cenderung akan mengalami kegagalan atau mendapatkan hasil yang tidak maksimal ketika ujian. Interaksi dengan sesama mahasiswa sangat membantu untuk performa akademik yang lebih baik, karena sama-sama memiliki rencana masa depan yang akan menginspirasi satu sama lain sehingga membuat performa atau kinerja akademik menjadi lebih baik. Status sosial ekonomi dan pendidikan orangtua juga memiliki peran yang signifikan dalam pencapaian prestasi akademik, dikarenakan orangtua yang berpendidikan dapat berkomunikasi lebih baik mengenai kegiatan akademik, sehingga untuk mendapatkan prestasi akademik yang lebih baik tergantung pada keterlibatan orangtua.⁽⁹⁾

Pada penelitian yang dilakukan pada mahasiswa di India selain interaksi dosen dengan mahasiswa dan kebiasaan belajar, terdapat faktor yang dapat mempengaruhi prestasi akademik yaitu seperti faktor gangguan dan lingkungan keluarga. Prestasi akademik seseorang dapat dipengaruhi dari faktor gangguan seperti penggunaan ponsel, dan internet. Faktor lingkungan yang berperan dalam prestasi akademik yaitu lingkungan yang kondusif untuk belajar, motivasi yang diberikan oleh orangtua dan anggota keluarga lainnya, serta keterlibatan orangtua dalam perkembangan akademik mahasiswa.

Maka dari itu, orangtua harus membuat suasana yang nyaman untuk belajar dilingkup keluarga dan jika mahasiswa mengetahui tentang kemampuan atau kompetensi diri sendiri serta menghindari atau meminimalisir distraksi yang dapat mengganggu proses belajar, mahasiswa tersebut akan memiliki performa atau kinerja akademik yang baik sehingga menghasilkan prestasi akademik yang maksimal.⁽⁹⁾ Penelitian yang mengambil subjek mahasiswa kedokteran di Thailand, pada responden dengan prestasi akademik yang rendah memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi prestasinya yaitu faktor dari masing-masing individu, faktor lingkungan di universitas, dan faktor keluarga.

Faktor individu dipengaruhi oleh ketidakhadiran di kelas, mempunyai masalah pada akademiknya, masalah pribadi, kurangnya motivasi dalam belajar materi kedokteran, kebiasaan bermain video game, kurang teliti dalam belajar, dan belum memahami gaya atau cara belajarnya. Faktor lingkungan di universitas yaitu aktivitas di kampus yang berlebihan, cara mengajar dosen yang kurang bisa dipahami mahasiswa⁽¹⁴⁾ Pada faktor

individu seperti ketidakhadiran di kelas, banyak siswa yang merasa bahwa ketidakhadiran menyebabkan mereka sulit untuk mengejar materi yang tertinggal dan ketika ujian mendapat hasil yang lebih rendah karena hanya mengandalkan menyalin catatan mahasiswa lain. Ketidakhadiran siswa di kelas biasanya dikarenakan kurangnya motivasi dalam belajar materi kedokteran. Siswa yang tidak tertarik dengan kuliah di kedokteran tetapi dipaksa atau dipengaruhi oleh orangtua mereka untuk berkuliah di kedokteran mengalami kesulitan dalam belajar atau memahami materi sehingga kondisi ini membuat siswa tersebut untuk kurang belajar, tidak mengikuti perkuliahan, dan cenderung akan gagal dalam ujian. Faktor lingkungan di universitas menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap penurunan prestasi akademik adalah kegiatan ekstrakurikuler atau kegiatan organisasi yang berlebihan sehingga membuat siswa tidak mempunyai waktu yang cukup untuk belajar. Faktor keluarga yang dapat mempengaruhi yaitu pola pengasuhan dalam keluarga contohnya orangtua yang terlalu mengontrol terutama mengenai pendidikan akan membuat siswa bosan dan akan memprotes masalah pembelajaran, beberapa siswa yang jauh dari keluarga memiliki kebebasan yang berlebih, serta orangtua yang terlalu

protektif atau orangtua yang kurang melatih kedisiplinan sehingga tanggung jawab akan belajarnya menjadi berkurang.⁽¹⁴⁾ Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu peneliti lebih fokus meneliti *Nomophobia*, dan data karakteristik yang dapat muncul pada kuisioner seperti jenis kelamin, durasi penggunaan *smartphone* dan lama kepemilikan *smartphone* yang dapat mempengaruhi prestasi sedangkan masih terdapat banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi prestasi akademik seperti motivasi belajar, cara belajar, interaksi dengan dosen, dan faktor lainnya.

Conclusion

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa Tingkat *Nomophobia* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati sebagian besar berada ditingkatan *moderate* atau sedang. Tingkat prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati sebagian besar berada dikategori rendah.

Tidak terdapat hubungan antara *Nomophobia*, jenis kelamin, durasi penggunaan *smartphone* dan lama kepemilikan *smartphone* dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon.

REFERENCES

1. Bhattacharya, Sudip, et al. *Nomophobia: No mobile phone phobia. Journal of family medicine and primary care*, 2019, 8.4: 1297.
2. Lee, Seungyeon, et al. *Addicted to cellphones: exploring the psychometric properties between the nomophobia questionnaire and obsessiveness in college students. Heliyon*, 2018, 4.11: e00895.
3. Kanmani, Aparna; Bhavani, U.; Maragatham, R. S. *Nomophobia—An Insight Into Its Psychological Aspects In India. The International Journal Of Indian Psychology*. 2017, 4.2: 5-15.
4. Triwahyuni Ni. *Dinamika Penderita Nomophobia Berat. Universitas Sanata Dharma*. 2018



5. Kaur M, Singh K, Samah NA. *Impact of Smartphone : A Review on Positive and Negative Effects on Students*. 2018;14(11):83–9.
6. NG, Siew Foen, et al. *The Relationship between Smartphone Use and Academic Performance: A Case of Students in A Malaysian Tertiary Institution*. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, 2017, 5.4: 58-70.
7. Alqaryan, Saleh, et al. "Smartphones and professionalism: A cross-sectional study on interns and final-year medical students." *Health Sciences* 5.9 2016: 198-202.
8. Yadav JU, Yadav DJ. *Study of mobile phone usage in medical students of deemed university of Western Maharashtra, India*. 2017;4(2):405–8.
9. Arora, Nisha, and Neetu Singh. "Factors Affecting the Academic Performance of College Students." *i-Manager's Journal of Educational Technology* 14.1.2017: 47.
10. Atamimi, Nuryati. Perbedaan peran jenis kelamin, skala akademik, dan peran aktif berorganisasi dengan prestasi akademik. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 2014, 33.2.
11. Faisal, Rizwan; Shinwari, Laiyla; Hussain, Shahzadi Saima. *Academic Performance Of Male In Comparison With Female Undergraduate Medical Students In Pharmacology Examinations*. JPMA, 2017, 67.204.
12. Darvishi, Mohammad, et al. Investigating different dimensions of nomophobia among medical students: a cross-sectional study. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 2019, 7.4: 573.
13. Panadero E. *A Review of Self-regulated Learning : Six Models and Four Directions for Research*. 2017;8(April):1–28.
14. Pinyopornpanish M, Boonyanaruthee V. *Factors Affecting Low Academic Achievement Of Medical Students In The Faculty Of Medicine, Chiang Mai*. 2010;(January).