

**HUBUNGAN *SMARTPHONE ADDICTION*, DURASI, DAN POSISI
LEHER PENGGUNA *SMARTPHONE* DENGAN *NECK DISABILITY*
PADA MAHASISWA**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

Skripsi

Diajukan guna memenuhi sebagian syarat
Untuk memperoleh derajat Sarjana Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat

Diajukan Oleh
Dwi Cahyaning Arum
2210913220004



**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BANJARBARU**

Juli, 2025

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah

**HUBUNGAN SMARTPHONE ADDICTION, DURASI, DAN POSISI
LEHER PENGGUNA SMARTPHONE DENGAN NECK DISABILITY
PADA MAHASISWA**

**Program Studi Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat**

Dipersiapkan dan disusun oleh

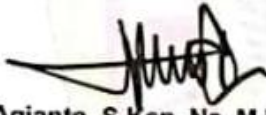
Dwi Cahyaning Arum

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal 31 Juli 2025

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



Aqianto, S.Kep.,Ns.,M.N.S.,Ph.D

Anggota Dewan Penguji Lain

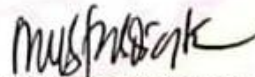


Maulidya Septiany, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Pembimbing Pendamping



Mutia Rahmah, S.Kep.,Ns.,M.Kep



Novi Mustahdiati Nasri, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Karya Tulis Ilmiah ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



Dr. Herawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep.

Koordinator Program Studi Keperawatan

LEMBAR PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmaanirrahiim

Alhamdulillah puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan RahmatNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Smartphone Addiction*, Durasi, dan Posisi Leher Pengguna *Smartphone* dengan *Neck Disability* Pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat” tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat sarjana keperawatan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Waktu adalah hal yang paling berharga dalam hidup kita dan orang-orang yang rela mengorbankan waktu mereka untuk orang lain pantas mendapatkan rasa hormat dan terima kasih. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Prof. Dr.dr. Syamsul Arifin, M.Pd, FISPH, FISCM Yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Koordinator Program Studi Keperawatan Program Sarjana Ibu Dr. Herawati, Ns.,M.Kep. yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
3. Kedua dosen pembimbing Bapak Agianto, S.Kep., Ns., M.kep. dan Ibu Mutia Rahmah, S.Kep., M.Kep. yang telah memberikan

dorongan, motivasi, serta saran dan arahan dalam menyelesaikan penelitian.

4. Kedua dosen penguji Ibu Maulidya Septiany, S.Kep., M.Kep. dan Ibu Mutia Rahmah., S.Kep., Ns., M.Kep. yang telah berkenan memberikan kritik dan saran sehingga skripsi ini menjadi semakin baik.
5. Teristimewa untuk kedua orang tua penulis Bapak Samsu dan Ibu Harianti yang tak hentinya mendukung, mendoakan memperhatikan dan membantu sehingga alhamdulillah penulis sudah berada di tahap ini, yaitu menyelesaikan skripsi ini.
6. Terima kasih kepada donatur tercinta yaitu kakak terkasih Ina Rahmat Wati, S.Pd yang sudah menjadi pendengar setiap cerita dalam proses menyelesaikan skripsi ini dan membantu memberikan tambahan dana untuk menghilangkan penat sehingga penulis dapat menikmati setiap prosesnya.
7. Terima kasih kepada anak ganteng Imo yaitu Arkana Khalidi Romadlon yang sudah menjadi penyemangat, sumber motivasi, dan selalu menemani setiap perjalanan Imo dalam menyelesaikan skripsi ini sebagai upaya untuk mempercepat diri agar bisa bertemu secara langsung dalam satu atap. Semoga setelah proses panjang ini, Imo bisa menjadi *rich aunty* dan bisa jadi *aunty* kebanggaanmu ya Arka.
8. Terima kasih kepada sosok pangeran yang tidak bisa disebut namanya namun sudah tertulis jelas di *lauhul mahfuz*. Sudah menjadi salah satu sumber motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini

sebagai upaya penulis untuk memantaskan diri menjadi lebih baik, semoga kita berjumpa di versi terbaik kita masing-masing.

9. Kepada sahabat dan teman-teman penulis: Irfa, Dinda, Khansa, Adelia, Ghina, teman *running*, teman pendaki, teman kerja, dan teman-teman Clavicle 22. Terima kasih selalu memberikan motivasi, semangat, hiburan, dan dukungan kepada penulis sehingga penulis dapat sampai di tahap ini.
10. Untuk diriku sendiri yang telah bertahan sejauh ini. Terima kasih karena terus melangkah meski jalan terasa berat dan berliku. Terima kasih karena memilih untuk tetap hidup meski dunia terkadang jahat, kacau, dan membingungkan. Terima kasih karena selalu berusaha memberi arti tidak hanya bagi diri sendiri tetapi juga bagi orang lain. Terima kasih atas setiap bukti yang kita hadirkan untuk diri kita, bahwa kita telah tumbuh menjadi sosok yang kuat dan mengagumkan. Sebab, semua impian yang pernah dititipkan hanya bisa terwujud jika kita dewasa ini tetap percaya dan berjuang untuknya.

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam karya tulis ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 29 Juli 2025

Dwi Cahyaning Arum

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini yang berjudul “Hubungan *Smartphone Addiction*, Durasi, dan Posisi Leher Pengguna *Smartphone* dengan Kejadian Nyeri Leher Pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat” tepat pada waktunya. Karya tulis ilmiah ini disusun dalam memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh derajat sarjana keperawatan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Dalam kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat, yaitu Bapak Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISIPH., FISCAM dan Koordinator Program Studi Keperawatan yaitu Dr. Herawati, S.Kep., Ns., M.Kep yang telah memberikan kesempatan serta fasilitas dalam proses pelaksanaan penelitian. Kedua dosen pembimbing saya yaitu Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D dan Mutia Rahmah, S.Kep., Ns., M.Kep yang telah berkenan untuk membimbing, memberikan kritik, saran, serta arahan yang membangun dalam proses penyelesaian karya tulis ilmiah ini. Serta kedua dosen penguji saya yaitu Maulidya Septiany, S.Kep., Ns., M.Kep dan Novi Mustahdiati Nasri, S.Kep., Ns., M.Kep yang telah memberikan saran, kritik, serta arahan yang membangun sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi lebih baik.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada semua rekan-rekan departemen Keperawatan Medikal Bedah dan seluruh responden yang sudah bersedia meluangkan waktunya dan berperan serta dalam proses penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, namun penulis berharap agar penelitian ini dapat bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan.

Banjarbaru, 29 Juli 2025

Penulis

ABSTRAK

HUBUNGAN *SMARTPHONE ADDICTION*, DURASI, DAN POSISI LEHER PENGGUNA *SMARTPHONE* DENGAN *NECK DISABILITY* PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

Arum, Dwi Cahyaning

Latar Belakang: Penggunaan *smartphone* berlebihan pada mahasiswa dapat menyebabkan posisi leher tidak ergonomis, durasi menunduk lama, dan kecanduan yang berisiko menimbulkan nyeri serta *neck disability* dan menurunkan konsentrasi serta produktivitas akademik.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara *smartphone addiction*, durasi, dan posisi leher pengguna *smartphone* dengan *neck disability* yang dialami Mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat.

Metode: Penelitian kuantitatif *cross sectional* pada 132 responden dengan teknik *stratified random sampling* pada Juni 2025. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji *Spearman Rank*.

Hasil: Mayoritas mahasiswa menggunakan *smartphone* >4,3 jam/hari (75%) dengan fleksi leher 31–45° (50%), mengalami *smartphone addiction* sedang dan *neck disability* ringan. Terdapat hubungan signifikan antara posisi leher ($p=0,034$) dan *smartphone addiction* ($p=0,048$) dengan *neck disability*, namun durasi penggunaan tidak berhubungan ($p=0,277$).

Diskusi: Terdapat hubungan antara posisi leher dan *smartphone addiction* dengan *neck disability*, namun tidak pada durasi penggunaan *smartphone*. Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat diharapkan menyusun strategi edukasi penggunaan *smartphone* yang sehat dan ergonomis untuk mengurangi risiko *neck disability* serta dampaknya pada produktivitas akademik mahasiswa.

Kata Kunci: Mahasiswa, Durasi Penggunaan *Smartphone*, Posisi Leher Pengguna *Smartphone*, *Smartphone Addiction*, *Neck Disability*

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SMARTPHONE ADDICTION, DURATION, AND NECK POSITION OF SMARTPHONE USERS WITH NECK DISABILITY IN NURSING STUDY PROGRAM STUDENTS FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

Arum, Dwi Cahyaning

Background: Excessive smartphone use among college students can cause poor neck posture, prolonged head flexion, and addiction, raising the risk of pain, neck disability, and reduced academic performance.

Objective: To examine the relationship between smartphone addiction, duration, and neck position with neck disability among Nursing Study Program students Faculty of Medicine and Health Sciences Universitas Lambung Mangkurat.

Methods: A cross-sectional quantitative study involving 132 respondents selected through stratified random sampling in June 2025. Data were collected via questionnaires and analyzed using the Spearman Rank.

Results: Most students used smartphones >4.3 hours/day (75%) with neck flexion of 31–45° (50%), showing moderate smartphone addiction and mild neck disability. Significant correlations were found between neck position ($p=0.034$) and smartphone addiction ($p=0.048$) with neck disability, but not duration of use ($p=0.277$).

Discussion: There is a relationship between neck position and smartphone addiction with neck disability, but not with duration of smartphone use. The Nursing Study Program, Faculty of Medicine and Health Sciences, Universitas Lambung Mangkurat is expected to develop educational strategies on healthy and ergonomic smartphone use to reduce neck disability risk and its impact on student productivity.

Keywords: Students, Duration of Smartphone Use, Neck Position of Smartphone Users, Smartphone Addiction, Neck Disability

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	i
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 <i>Tujuan Umum</i>	6
1.3.2 <i>Tujuan Khusus</i>	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 <i>Manfaat Bagi Program Studi</i>	7
1.4.2 <i>Manfaat Bagi Mahasiswa</i>	7
1.4.3 <i>Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya</i>	7
1.4.4 <i>Manfaat Bagi Peneliti</i>	7
1.5 Keaslian Penelitian	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 Konsep Mahasiswa	12

2.1.1	<i>Pengertian Mahasiswa</i>	12
2.1.2	<i>Smartphone Bagi Mahasiswa</i>	12
2.2	<i>Konsep Smartphone Addiction</i>	13
2.2.1	<i>Definisi Smartphone</i>	13
2.2.2	<i>Durasi dan Posisi Dalam Menggunakan Smartphone</i>	13
2.2.3	<i>Definisi Addiction</i>	15
2.2.4	<i>Definisi Smartphone Addiction</i>	15
2.2.5	<i>Faktor Penyebab Smartphone Addiction</i>	18
2.2.6	<i>Dampak Smartphone Addiction</i>	18
2.2.7	<i>Penatalaksanaan Smartphone Addiction</i>	19
2.2.8	<i>Pengukuran Smartphone Addiction</i>	21
2.3	<i>Konsep Neck Disability</i>	21
2.3.1	<i>Anatomi Leher</i>	21
2.3.2	<i>Fungsi Leher</i>	23
2.3.3	<i>Neck Disability</i>	23
2.3.4	<i>Jenis Neck Disability</i>	24
2.3.5	<i>Patofisiologi</i>	27
2.3.6	<i>Dampak Neck Disability</i>	28
2.3.7	<i>Penatalaksanaan Neck Disability</i>	30
2.3.8	<i>Pengukuran Neck Disability</i>	31
2.4	<i>Hubungan Antara Durasi, Posisi Penggunaan Smartphone, dan Smartphone Addiction dengan Neck Disability</i>	32
2.5	<i>Kerangka Teori</i>	36

BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS	37
3.1 Kerangka Konsep	37
3.2 Hipotesis Penelitian	39
BAB 4 METODE PENELITIAN	40
4.1 Rancangan Penelitian	40
4.2 Populasi dan Sampel.....	40
4.2.1 <i>Populasi</i>	40
4.2.2 <i>Sampel</i>	41
4.2.3 <i>Teknik Pengambilan Sampel</i>	42
4.3 Intrumen Penelitian.....	43
4.4 Variabel Penelitian.....	48
4.5 Definisi Operasional	48
4.6 Prosedur Penelitian	52
4.6.1 <i>Tahap Persiapan</i>	52
4.6.2 <i>Tahap Pelaksanaan</i>	53
4.7 Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	54
4.7.1 <i>Teknik Pengumpulan Data</i>	54
4.7.2 <i>Pengolahan Data</i>	54
4.8 Cara Analisis Data.....	56
4.8.1 <i>Analisis Univariat</i>	56
4.8.2 <i>Analisis Bivariat</i>	57
4.9 Etika Penelitian.....	57
BAB 5 HASIL PENELITIAN.....	59
5.1 Analisis Univariat.....	59

5.1.1	<i>Karakteristik Responden Penelitian</i>	59
5.1.2	<i>Gambaran Variabel Durasi Ketika Menggunakan Smartphone Pada Responden</i>	60
5.1.3	<i>Gambaran Variabel Posisi Fleksi Leher Pada Responden Ketika Menggunakan Smartphone</i>	61
5.1.4	<i>Gambaran Variabel Smartphone Addiction Pada Responden</i> ...	61
5.1.5	<i>Gambaran Neck Disability Pada Responden</i>	62
5.2	Analisis Bivariat	63
BAB 6 PEMBAHASAN		66
BAB 7 PENUTUP		77
7.1	Simpulan	77
7.2	Saran.....	78
7.2.1	<i>Bagi Program Studi</i>	78
7.2.2	<i>Bagi Mahasiswa</i>	78
7.2.3	<i>Bagi Peneliti Selanjutnya</i>	79
DAFTAR PUSTAKA		80
LAMPIRAN		85

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Distribusi Populasi.....	41
Tabel 4. 2 Distribusi Sampel.....	43
Tabel 4. 3 Kisi-kisi <i>Smartphone Addiction Scale</i>	46
Tabel 4. 4 Kisi-kisi <i>Neck Disability Index</i>	47
Tabel 4. 5 Definisi Operasional	49
Tabel 4. 6 Analisis Univariat.....	56
Tabel 4. 7 Analisis Bivariat	57
Tabel 5. 1 Karakteristik Responden.....	59
Tabel 5. 2 Gambaran Durasi Penggunaan <i>Smartphone</i>	60
Tabel 5. 3 Gambaran Posisi Ketika Menggunakan <i>Smartphone</i>	61
Tabel 5. 4 Gambaran <i>Smartphone Addiction</i>	61
Tabel 5. 5 Gambaran <i>Neck Disability</i>	62
Tabel 5. 6 Hubungan Durasi Penggunaan <i>Smartphone</i> dengan <i>Neck Disability</i> pada Mahasiswa Keperawatan.....	63
Tabel 5. 7 Hubungan Posisi Leher Pengguna <i>Smartphone</i> dengan <i>Neck Disability</i> pada Mahasiswa Keperawatan.....	64
Tabel 5. 8 Hubungan <i>Smartphone Addiction</i> dengan <i>Neck Disability</i> pada Mahasiswa Keperawatan.....	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Sudut Fleksi Leher Saat Menggunakan <i>Smartphone</i>	14
Gambar 2. 2 Tulang-tulang servikal tampilan anterior tulang servikal.	22
Gambar 2. 3 Kerangka Teori.....	36
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep.....	38

DAFTAR SINGKATAN

3R	: <i>Right, Responsibility, dan Reality</i>
C1-C7	: Cervical 1-7
CSOQ	: <i>Cervical Spine Outcome Questionnaire</i>
<i>et al.</i>	: <i>Et alii, dan kawan-kawan</i>
HNP	: Hernia Nukleus Pulpusus
IASP	: <i>International Association for the Study Pain</i>
LED	: <i>Light Emitting Diode</i>
NDI	: <i>Neck Disability Index</i>
NSAID	: <i>Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs</i>
NPDS	: <i>Neck Pain and Disability Scale</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
SAS	: <i>Smartphone Addiction Scale</i>
SAS-SV	: <i>Smartphone Addiction Scale-Short Version</i>
WAD	: Whiplash Associated Disorder

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Biodata Peneliti.
- Lampiran 2 : Surat Izin Studi Pendahuluan dari Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat.
- Lampiran 3 : Studi Pendahuluan Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Angkatan 2022.
- Lampiran 4 : Studi Pendahuluan Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Angkatan 2023.
- Lampiran 5 : Studi Pendahuluan Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Angkatan 2024.
- Lampiran 6 : Izin Penggunaan Kuesioner *Smartphone Addiction Scale (SAS)*.
- Lampiran 7 : Izin Penggunaan Kuesioner *Neck Disability Index (NDI)*.
- Lampiran 8 : Lembar Informasi Umum.
- Lampiran 9 : Kuesioner *Informed Consent*.
- Lampiran 10 : Kuesioner Data Demografi Responden.
- Lampiran 11 : Kuesioner *Smartphone Addiction Scale (SAS)*.
- Lampiran 12 : Kuesioner *Neck Disability Index (NDI)*.
- Lampiran 13 : Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner *Neck Disability Index (NDI)*.
- Lampiran 14 : Surat Keterangan Etik PPNI Kota Banjarbaru.
- Lampiran 15 : Surat Keterangan Izin Penelitian.
- Lampiran 16 : Tabulasi Data Hasil Penelitian.
- Lampiran 17 : Data Rekap Hasil SPSS.

- Lampiran 18 : Hasil Uji Turnitin KTI.
- Lampiran 19 : Hasil *Typo* KTI.
- Lampiran 20 : Bukti Lembar Persetujuan Responden.
- Lampiran 21 : Kuesioner Yang Telah Diisi.
- Lampiran 22 : Lembar Bimbingan Proposal KTI.
- Lampiran 23 : Lembar Bimbingan KTI.
- Lampiran 24 : Dokumentasi Penelitian.