

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa (Kusmiran, 2016). Remaja merupakan seseorang dengan usia 10-24 tahun dan ditandai dengan timbulnya tanda-tanda sekunder pada remaja, terjadi penyempurnaan perkembangan pada jiwanya (identitas ego) (Putro, 2017). Remaja termasuk sebagai kelompok yang populasinya besar dalam jumlah penduduk dunia (WHO, 2021).

Data *World Organization Health* (WHO) menyatakan bahwa lebih dari 3 miliar orang dari total 7,2 miliar penduduk dunia yang berusia di bawah 25 tahun, yaitu 42% dari populasi dunia. Sekitar 1,2 miliar anak muda ini adalah remaja yang usianya berada diantar 10-24 tahun *18% dari populasi dunia (WHO, 2021).

Data Badan Pusat Statistik (BPS) Indonesia, diperkirakan terdapat lebih dari 64,19 juta remaja di seluruh Indonesia yang merupakan hampir seperempat (24,01%) dari total 272,24 juta penduduk Indonesia. Hal ini menunjukkan bahwa satu dari empat penduduk Indonesia adalah remaja. Menurut BPS Provinsi Sumatera Barat mencatat jumlah remaja di Provinsi Sumatera Barat tahun 2020 adalah 1,1 juta jiwa. Sementara jumlah remaja dengan rentang usia 10-19 tahun di Kota Padang sebanyak 13,4% remaja (BPS, 2021).

Era globalisasi ini menyebabkan semakin pesatnya perkembangan teknologi (Prajanti dkk, 2022). Salah satu perkembangan teknologi yang sangat mencolok saat ini adalah teknologi informasi. Terbukanya pengembangan teknologi informasi membuka kesempatan pada media sosial untuk melangkah ke era baru. Sosial media merupakan wilayah baru pada pemakaian internet yang lebih banyak dituju oleh pengguna internet di seluruh dunia. Kondisi ini membuat sosial media sebagai *platform* yang menyediakan berbagai konten-konten tertentu di internet dengan kapasitas besar dan terus berkembang karena sangat aktifnya interaksi antar-pengguna di dalamnya (Ardi & Sukmawati, 2017).

Penggunaan sosial media di dunia saat ini telah mencapai 5,9 miliar pengguna pada Januari 2021 (We Are Social & Hootsuite, 2022). Data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), menyatakan pengguna sosial media di Indonesia kini mencapai 40% atau sekitar 106 juta dari total jumlah penduduk pada tahun 2021 dan meningkat tahun 2022 sebesar 191,4 juta jiwa. Indonesia merupakan negara urutan kelima dengan rata-rata penggunaan sosial media tertinggi yaitu 3 jam 26 menit per orang dan pada urutan ketiga dengan pertumbuhan sosial media terbesar.

Data APJII juga mengungkapkan bahwa rentang tahun 2021-2022 penggunaan media sosial paling banyak digunakan oleh remaja usia 13-18 tahun sebesar 99,16%. Menurut wilayahnya, tingkat penggunaan sosial media paling tinggi di Kalimantan sebesar 79,09%. Posisi kedua ditempati

oleh Jawa sebesar 78,39%, posisi ketiga terdapat di Sumatera sebesar 76,62% dan di Sulawesi sebesar 75,05% (APJII, 2022).

Hampir setiap saat remaja mengakses sosial media sehingga penggunaan sosial media pada remaja tidak dapat dihindari. Remaja mengakses sosial media sering kali untuk mencari informasi atau menyampaikan kegiatan mereka pada *platform* sosial media yang mereka miliki (Prajanti dkk, 2022). Kebanyakan dari remaja beranggapan bahwa semakin aktif dirinya di sosial media, maka mereka akan semakin dianggap keren dan gaul. Sedangkan, remaja yang tidak memiliki sosial media biasanya dianggap kurang gaul atau ketinggalan zaman. Padahal remaja sebagai salah satu pengguna sosial media masih belum mampu memilah aktivitas yang bermanfaat (Aprilia dkk, 2020).

Media sosial menjadi situs yang paling banyak di akses oleh penggunanya karena memiliki banyak keuntungan. Keuntungan tersebut diantaranya sebagai media informasi dan komunikasi, menjalin relasi, sebagai wadah untuk mempresentasi diri penggunanya, serta memudahkan individu dalam dunia bisnis, karir, pendidikan dan politik. Selain memiliki keuntungan banyak pula kerugian atau hal negatif yang dimiliki media sosial. Hal negatif tersebut diantaranya menghabiskan banyak waktu untuk mengakses media sosial, individu menjadi tidak produktif, dan cenderung menjadi pribadi yang malas. Selain itu penggunaan media sosial menyebabkan interaksi secara langsung (*face to face*) cenderung menurun yang dapat menyebabkan seseorang menjadi anti sosial. Hal negatif yang

lebih serius bagi remaja dalam penggunaan sosial media dengan intensitas tinggi dapat menyebabkan sosial media (Hartinah, 2019).

Data WHO terjadinya peningkatan sosial media di dunia mencapai 4,2 miliar atau tumbuh 13,2% (WHO, 2021). Data Kementerian Komunikasi dan Informatika tahun 2021, di Indonesia jumlah terjadinya sosial media pada remaja sekitar 80% dari total populasi remaja di Indonesia. remaja menggunakan sosial media untuk hal-hal yang tidak semestinya, 24% mengaku menggunakan sosial media untuk berinteraksi dengan orang yang tidak dikenal, 14% mengakses konten pornografi, dan sisanya untuk game online. Berdasarkan data Kementerian Komunikasi dan Informasi tahun 2021, di Sumatera Barat angka kejadian sosial media pada remaja mencapai 35%.

Menurut Eijnden, dkk., (2016) seseorang dikatakan mengalami ketergantungan sosial media jika memiliki lima atau lebih dari sembilan kriteria yaitu *preoccupation, olerance, withdrawal, persistence, escape, problems, deception, displacement*, dan *conflict*. Salah satu hal yang dapat menyebabkan remaja mengalami *social media addiction* adalah *Fear of Missing Out* (FoMO). FoMO didefinisikan sebagai kekhawatiran yang dialami individu ketika orang lain memiliki pengalaman yang mengesankan di saat ketidakhadiran dirinya. Individu yang mengalami FoMO memiliki keinginan untuk mengetahui segala sesuatu yang terjadi di lingkungan. Hal tersebut mendorong individu untuk terus menerus

mempertahankan aktivitas di sosial media tanpa batasan waktu sehingga dapat mengarah kepada social media.

Remaja yang mengalami ketergantungan sosial media akan menjadi sangat tergantung terhadap sosial media, sehingga mereka rela menghabiskan waktu yang lama hanya untuk mencapai kepuasan (Aprilia dkk, 2020). Penyebab sosial media dengan intensitas yang tinggi adalah rasa khawatir akan ketinggalan informasi sehingga terarah pada munculnya perilaku penggunaan yang berlebihan (Fathadhika & Afriani, 2018). Seseorang dapat berada pada kategori kecanduan apabila mengakses sosial media berkisar 5-6 jam sehari (Wulandari & Netrawati, 2020).

Penggunaan sosial media yang berlebihan tentunya akan mengganggu kesehatan mental. Salah satu dampak dari sosial media yaitu depresi (Ramadhanty & Yudiarso, 2021). Berdasarkan *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V DSM-5* tahun 2013, depresi merupakan gangguan individu berupa perasaan tertekan dan hilangnya kesenangan dalam melakukan suatu aktivitas. Terdapat bebe/rapa aspek karakteristik individu yang mengalami depresi. Pada aspek emosi, individu yang mengalami depresi akan merasa dirinya tidak punya harapan, sering terlihat murung dan mudah marah. Adapun pada aspek kognitif, individu akan mengalami tingkat konsentrasi yang menurun, mempunyai *self-image* yang negatif dan selalu menyalahkan diri sendiri. Pada aspek motorik,

individu akan merasa lelah, kesulitan untuk tidur dan menurunnya gairah seks dan selera makan.

Depresi adalah salah satu bentuk kondisi kesehatan mental yang dialami banyak orang dan sering kali muncul berbarengan dengan kecemasan. Gawai dan berbagai macam media sosial di dalamnya menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan remaja atau generasi millennial saat ini. Namun, aktivitas di media sosial ternyata bisa menjadi salah satu pemicu depresi pada remaja. Salah satu sumber tekanan dari media sosial yang dimaksud berkaitan dengan pemahaman remaja terhadap gambaran diri atau body image. Banyak orang kini menjadikan konten-konten media sosial sebagai standar nilai sosial, khususnya yang berkaitan dengan penampilan. Standar-standar yang muncul dari media sosial sering kali menimbulkan tekanan pada remaja untuk menampilkan diri mereka sedemikian rupa sesuai dengan apa yang ia lihat di media sosial, dan membuat mereka kehilangan kepercayaan diri jika tidak mampu memenuhi standar tersebut.

Depresi dapat menyerang siapa saja salah satunya individu yang rentan mengalami depresi adalah yang berusia muda seperti remaja (Ramadhanty & Yudiarso, 2021). Data WHO tahun 2020, terjadinya peningkatan setiap tahun jumlah penderita depresi terutama pada remaja sekitar 16% dari total seluruh remaja di dunia, terutama yang berada di Negara berkembang (WHO, 2021). Indonesia jumlah penderita depresi yaitu sebanyak 6,1% dari total seluruh penduduk, sedangkan jumlah penderita depresi pada

remaja yaitu sebanyak 9,8%. Di Sumatera barat terdapat jumlah penderita depresi sebanyak 8,2% penderita depresi dan sebanyak 4,5% terjadi pada remaja (Risksedas, 2018).

Penggunaan sosial media yang berlebihan hingga menimbulkan hilangnya kepercayaan diri pada remaja, remaja juga dapat mengalami berbagai dampak negatif dari interaksi yang dilakukan remaja pada sosial medianya, sehingga memicu munculnya gejala depresi (Prajani dkk, 2022). Depresi dapat muncul karena timbulnya permasalahan hubungan sosial di sosial media dan adanya sikap membandingkan diri dengan pengguna lain di sosial media sehingga memunculkan pandangan negatif terhadap diri sendiri atau perasaan *insecure* dan menjelekan diri (Aziz, 2020).

Adanya hubungan antara penggunaan sosial media dengan tingkat depresi pada remaja dapat memberikan dampak dimasa yang akan datang. Depresi pada remaja dapat menyebabkan remaja mengalami hal negatif seperti konsumsi rokok, penyalahgunaan zat, menurunnya fungsi sosial, menurunnya prestasi akademik, hingga bunuh diri (Praptikaningtyas et al., 2019).

Media sosial juga merupakan sarana bagi orang-orang dari berbagai tempat untuk berkumpul dan bersosialisasi. Melalui media sosial, seseorang dapat menciptakan relasi akrab antar individu atau antara individu dengan kelompok. Sebaliknya, media sosial juga dapat menjadi sarana timbulnya permasalahan dalam hubungan sosial (Anwar,

2017:142). Cyberbullying dan cyberhate merupakan contoh dari adanya permasalahan dalam hubungan sosial yang muncul di media sosial. Cyberbullying merupakan suatu bentuk bullying yang terjadi secara online melalui media sosial (Anwar, 2017: 141). Adapun cyberhate merupakan tindakan, pernyataan yang menyerukan kekerasan, atau serangan verbal yang berkaitan dengan agama, etnis, jenis kelamin, orientasi seksual, dll pada seseorang atau kelompok (Hanzelka & Schmidt, 2017:146). Keduanya sama-sama memiliki dampak pada depresi, dikarenakan keduanya merupakan permasalahan dalam hubungan sosial, sedangkan salah satu faktor sosial yang menyebabkan depresi adanya permasalahan dalam hubungan sosial.

Dalam hal ini sosial media yang dimaksud salah satunya adalah berupa TikTok, aplikasi berbagi klip pendek dan penggunaannya melalui smartphone. Platform asal China itu merupakan salah satu yang populer di dunia dengan 1,5 miliar pengguna dengan mayoritas pengguna berusia remaja. Aplikasi TikTok ini ternyata membuat banyak remaja kecanduan hingga memicu munculnya dampak kurang baik pada kesehatan mental, remaja yang kecanduan aplikasi TikTok menunjukkan tanda-tanda kesehatan yang mental buruk, mereka memperlihatkan kondisi kecemasan dan depresi yang dapat mempengaruhi kerja memori mereka.

Menurut Abidah (2020) tingkat intensitas penggunaan media sosial dan tingkat depresi mahasiswa angkatan 2017 di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta sebagian besar termasuk dalam kategori

sedang. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, yaitu adanya hubungan positif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dan tingkat depresi pada mahasiswa, artinya semakin tinggi tingkat penggunaan media sosial maka semakin tinggi pula tingkat depresi yang diperoleh. Depresi merupakan efek yang muncul secara tidak langsung dari penggunaan media sosial. Depresi muncul karena adanya permasalahan hubungan sosial yang terjadi melalui media sosial dan adanya sikap membandingkan diri dengan pengguna lain di media sosial yang menyebabkan pandangan negatif terhadap diri sendiri atau munculnya perasaan insecure dan menjelekkan diri sendiri.

Berdasarkan survey awal yang peneliti lakukan dengan melakukan wawancara terhadap 10 siswa SMKN 1 Padang, 2 diantara remaja siswa mengatakan mereka sangat sedih dan 3 remaja siswa menjadi pemarah, 2 emosional, 3 murung dan sangat tidak bisa apabila mereka tidak menggunakan sosial media atau handpone, dan mereka merasa ketidakberdayaan apa bila tidak menggunakan sosial media, mereka menggunakan sosial media kadang mereka tidak tidur karena mengakses sosial media sampai pagi. Apalagi dengan kondisi sekarang memerlukan sosial media seperti pengiriman tugas. Media sosial yang banyak digunakan siswa SMKN 1 Padang seperti *TikTok*, *facebook*, *instagram*, *whatsapp* dan *youtube*, dan siswa mengatakan jika menggunakan sosial media maka akan timbul perasaan bahagia, lupa dengan waktu, dan siswa menjadi pemalas melakukan pekerjaan lainnya dan selalu ingin

menggunakan sosial media setiap jam bahkan bisa mengakibatkan tingkat depresi sosial media atau kecanduan sosial media pada remaja siswa SMK.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti telah melakukan penelitian tentang “hubungan sosial media dengan kejadian depresi pada remaja di SMKN 1 Padang tahun 2023”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini Adalah ada hubungan sosial media dengan kejadian depresi pada remaja di SMKN 1 Padang tahun 2023

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Diketahui hubungan sosial media dengan kejadian depresi pada remaja di SMKN 1 Padang tahun 2023.

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kejadian depresi pada remaja di SMKN 1 Padang tahun 2023
- b. Diketahui distribusi frekuensi sosial media pada remaja di SMKN 1 Padang tahun 2023.
- c. Diketahui hubungan sosial media dengan kejadian depresi pada remaja di SMKN 1 Padang tahun 2023.

D. Manfaat Teoritis

1. Teoritis

a. Bagi Peneliti

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan dan memperluas wawasan bagi peneliti tentang hubungan sosial media dengan kejadian depresi pada remaja.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan acuan untuk melakukan penelitian yang berhubungan dengan kejadian depresi pada remaja dengan variabel yang berbeda.

2. Praktis

a. Bagi Institusi Terkait

Sebagai bahan bacaan dan menambah wawasan dan pengetahuan bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa keperawatan di STIKes Alifah Padang.

b. Bagi Tempat Peneliti

Sebagai bahan informasi bagi pihak sekolah dalam memberikan penyuluhan mengenai sosial media terhadap depresi di lingkungan sekolah.

E. Ruang Lingkup Peneliti

Penelitian ini mengkaji tentang hubungan sosial media dengan kejadian depresi pada remaja. Pada penelitian ini variabel independen yaitu sosial media pada remaja, sedangkan variabel dependen yaitu

kejadian depresi pada remaja. Jenis penelitian adalah *deskriptif analitik* dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini sudah dilaksanakan di SMKN 1 Padang pengumpulan data dilaksanakan 2 hari mulai tanggal 21 s/d 22 agustus 2023.. Populasi adalah semua remaja kelas X dan XI SMKN 1 Padang berjumlah 1.008. Sampel diambil dengan menggunakan teknik *proportional stratified random sampling* berjumlah 91 orang. Data dikumpulkan menggunakan lembar kuesioner *The Children's Depression Inventory* (CDI) dan *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS), kemudian data diolah dengan komputerisasi, untuk analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi dan presentase dan analisis bivariat menggunakan uji statistik *Chi-Square*, dengan derajat kemaknaan 95% ($\alpha = 0,05$). Hasil uji statistik menggunakan uji *chi square* didapatkan nilai $p=0,0001$ ($p<0,05$), artinya terdapat hubungan sosial media dengan kejadian depresi pada remaja di SMKN 1 Padang tahun 2023.

