

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi pada masa sekarang semakin hari semakin meningkat yang selanjutnya menyebabkan manusia menjadi lebih mudah untuk melakukan kegiatan mereka sehari-hari. Salah satu perkembangan teknologi yang begitu pesat saat ini adalah teknologi komunikasi dari internet. Internet pada saat ini sudah menjadi rutinitas banyak orang khususnya untuk para remaja (Azka et al., 2018).

Remaja merupakan masa transisi dari seorang anak menuju ke masa dewasa. Hal tersebut tidak mudah bagi remaja karena adanya perubahan yaitu perubahan psikis, psikososial, dan fisik (Prमितasari & Ariana, 2014). Perubahan fisik dapat mempengaruhi sikap dan perilaku pada remaja, pada masa remaja mereka menjadi lebih mudah tersinggung, sering mengeluh, pemalu, bahkan sering mengalami kecemasan (Haryani, 2018).

Seperti saat ini, kondisi pandemi covid-19 telah membuat segala aktivitas yang biasanya dilakukan diluar rumah kini dilakukan di dalam rumah, hal ini juga terjadi pada para pelajar yang melakukan

pembelajaran secara *daring/online* di rumah, kondisi memungkinkan penggunaan internet menjadi meningkat (Budury et al., 2020).

Berdasarkan data yang didapatkan dari platform penyedia data yaitu *Hootsuite (We Are Social)* bahwa data pengguna internet secara *Global* sebanyak 4,66 miliar atau 59,5% dan pengguna media sosial sebanyak 4.20 miliar atau 53%. Pada bulan Januari 2021 di Indonesia terdapat sejumlah pengguna internet dengan total 202.6 juta jiwa, adanya peningkatan dalam jumlah pengguna internet sejumlah 27 juta jiwa yang dimana sama dengan lebih dari 16% sekitar tahun 2020 dan 2021. Dan pada pengguna sosial media terdapat 170.0 juta jiwa, adanya peningkatan jumlah pengguna media sosial sebanyak 10 juta jiwa atau lebih dari 6,3% (Hootsuite, 2021). Sedangkan untuk daerah Kalimantan Timur untuk jumlah pengguna internet pada tahun 2019 dan 2020 sebesar 2,855,943 juta jiwa, dengan pengguna internet di Samarinda (76,7%)(APJII, 2020).

Salah satu kecanggihan internet adalah media sosial, dengan jumlah pengguna media sosial yang banyak di Indonesia memberikan akibat dalam peningkatan atas kecanduan terhadap internet atau biasa diketahui dengan istilah *internet addiction*. Candu terhadap internet memberikan dampak yang cukup signifikan pada kehidupan remaja seperti penurunan kinerja, hubungan interpersonal, penurunan fisik dan

kesehatan mental, depresi, serta mengalami kecemasan (Hakim & Raj, 2017).

Kecemasan adalah sebuah kekhawatiran yang tidak jelas dan memiliki kaitan dengan perasaan yang tidak pasti (Hanifah & Zuraida, 2020).

Kecemasan bisa memberikan dampak yang buruk bagi orang lain, kecemasan dapat membuat pikiran seseorang tidak rasional seperti memilih untuk melakukan mengakhiri hidupnya akibat tidak bisa mengatasi kecemasan yang dialami. Kecemasan dapat membuat sebagian orang susah dalam berkomunikasi dengan lingkungan sekelilingnya dan susah berhubungan dengan orang lain (Pratiwi et al., 2019).

Berdasarkan data dari WHO, prevalensi kecemasan pada remaja usia 15-24 tahun secara global pada tahun 2017 sebesar 3% laki-laki dan 5% pada perempuan, terdapat 8.114.774 kasus kecemasan di Indonesia (WHO, 2017).

Berdasarkan *American Psychological Association* pada tahun 2013 menemukan survei bahwa masalah psikologis dikalangan mahasiswa meningkat, pada kecemasan sebesar 41,6%, depresi 36,4%, dan pada masalah hubungan yakni sebesar 35,8% (Nguyen et al., 2020).

Peningkatan waktu yang dihabiskan di media sosial memiliki keterkaitan yang tinggi terhadap kecemasan khususnya pada remaja usia

16-23 tahun yaitu sebesar 19%. Hal ini akan semakin meningkat pada masa pandemi, karena pada masa ini semua orang dituntut untuk berinteraksi secara online (GWI, 2021).

Salah satu bentuk kecemasan adalah seperti adanya bentuk kekhawatiran seseorang untuk tidak *up to date* terhadap apa yang terjadi yang disebut dengan *Fear of Missing Out* (FoMO).

Fear of Missing Out merupakan kondisi dimana seorang individu yang takut akan kehilangan informasi momen berharga tentang orang lain yang dapat ditandai dengan keinginan untuk terus tetap berhubungan dengan orang lain melalui internet atau media sosial (Kiding & Matulesy, 2019).

Media sosial pun memberikan dampak negatif kepada psikologis pada remaja, khususnya dapat memberikan pola perilaku yang bermasalah, seperti penggunaan media sosial yang berlebihan. Oleh sebab itu pengguna media sosial bisa mengacu pada perilaku candu akan media sosial (Fathadhika & Afriani, 2018).

Kecanduan media sosial adalah sebuah gangguan perilaku dalam penggunaan media sosial dengan berlebihan lalu mengarah kepada kecenderungan untuk terus menerus menggunakan media sosial (Eijnden et al., 2016).

Pengguna media sosial salah satunya adalah mahasiswa. Mahasiswa menjadi lebih rentan terhadap ketergantungan pada media

sosial, dikarenakan individu yang memiliki tingkat pendidikan tinggi, merupakan pengguna media sosial yang memiliki intensitas tinggi artinya, semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin tinggi pula intensitas kegiatan dalam mengakses media sosial dan menggunakannya (Azka et al., 2018).

Alasan mahasiswa memiliki kerentanan yang tinggi kepada ketergantungan media sosial dibandingkan dengan kelompok masyarakat lainnya dikarenakan mahasiswa berada pada *fase emerging adulthood* yaitu mahasiswa berada pada masa transisi dari remaja akhir menuju ke dewasa awal dan sedang mengalami dinamika psikologis (Hartinah et al., 2019).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh (Hartinah et al., 2019) diketahui data bahwa kecanduan media sosial pada mahasiswa keperawatan sebesar (72,2%) mengalami kecanduan media sosial sedang, (16,2%) mengalami kecanduan media sosial tinggi dan (11,7%) mengalami kecanduan rendah.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan ditemukan fakta dimana pada satu hari mahasiswa bisa menggunakan media sosial dari melalui *smartphone* dalam kurun waktu lebih dari 3 jam dan waktu untuk mengakses media sosial sekitar 5 jam dalam sehari. Kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa di dunia maya antara lain adalah mengakses media sosial (84,2%), mengakses pencarian/*searching* digoogle (65,7%),

bermain *game online* (39,2%) menonton video (38,9%), membaca berita (31,4%), dan membuka e-mail (30,7%) (Azka et al., 2018).

Salah satu penyebab dari kecanduan media sosial adalah adanya rasa intensitas yang tinggi terhadap rasa khawatir akan ketinggalan informasi sehingga hal ini yang membuat munculnya perilaku penggunaan yang berlebihan, kemudian hal lain juga mempengaruhi kecanduan adalah pemikiran seseorang terhadap sesuatu hal yang sering kali menyebabkan masalah perasaan seperti kemarahan, depresi, penghinaan dan kecemasan (Wulandari & Netrawati, 2020).

Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh (Nguyen et al., 2020) dengan temuan dari beberapa literatur yang telah diteliti menunjukkan adanya gejala depresi dan kecemasan berhubungan dengan pemakaian media sosial yang terlalu banyak dengan waktu penggunaan yang berlebihan yaitu lebih dari tiga jam merupakan risiko yang signifikan terhadap depresi dan kecemasan.

Dalam hal ini dibutuhkan peran dari Kesehatan Masyarakat yang mana perlu meninjau kembali masalah apa yang menyebabkan kecanduan media sosial mengalami tingkat kecemasan dan dapat dilakukan berbagai upaya pencegahan terhadap masalah kecemasan yang didapatkan oleh mahasiswa.

Penelitian ini dilakukan pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, hal ini disebabkan oleh kondisi

pandemi covid-19 yang telah membuat mahasiswa melakukan pembelajaran secara *daring/online* di rumah sehingga kondisi ini memungkinkan penggunaan internet menjadi meningkat, mahasiswa juga memiliki waktu luang yang banyak sehingga akan lebih mudah mengakses internet tentang hal apa saja yang ada di internet dengan hal ini membuat mahasiswa lebih sering menggunakan internet dan media sosial untuk melakukan komunikasi.

Berdasarkan Survey pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 22 Maret 2021, pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan pada Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, diperoleh hasil sebanyak 47,1% mahasiswa pernah mengalami kecemasan. Hasil persentase ini jika dilihat berdasarkan skala *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) masuk ke dalam kategori kecemasan sedang.

Pada penelitian (Hartinah et al., 2019) menyatakan bahwa mahasiswa keperawatan adalah calon individu yang akan menjadi tenaga kesehatan profesional dan akan memiliki tanggung jawab kepada fungsi juga peran keperawatan. Perawat juga memiliki tanggung jawab atas peningkatan derajat kesehatan individu yang tidak hanya berpaku kepada masalah fisik namun psikologis. Jika psikologis seorang mahasiswa keperawatan mendapati gangguan, maka akan terdapat hambatan dalam pemberian asuhan keperawatan. Dalam hal ini mempengaruhi calon perawat profesional agar dirinya terlebih dahulu wajib untuk harus sehat

secara fisik juga psikologis yang termasuk juga dengan terhindarnya kecanduan media sosial.

Berdasarkan latar belakang diatas, bahwa kecanduan media sosial masih tinggi dikalangan remaja sehingga mengakibatkan kecemasan terhadap remaja, oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan kecanduan pengguna media sosial terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara kecanduan media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara kecanduan media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kecanduan media sosial pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
- c. Menganalisis hubungan antara kecanduan media sosial dengan kecemasan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Remaja

Sebagai bentuk informasi terkait hubungan antara kecanduan media sosial terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

2. Bagi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa membantu dalam memberikan tambahan informasi juga literatur bagi Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat yang selanjutnya dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya sebagai tambahan pustaka yang dapat melengkapi wawasan.

3. Bagi Peneliti

Sebagai Bahan bagi penelitian agar dapat mengimplementasikan ilmu yang telah didapat selama perkuliahan, sehingga memperluas ilmu pengetahuan dan wawasan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Judul Penelitian	Nama Peneliti	Tahun dan Tempat	Rancangan Penelitian	Variabel Penelitian	Hasil Penelitian
1	Study Of Depression, Anxiety and Social Media Addiction Among Undergraduate Students	Tuan Hai Nguyen, Kuan-Han Lin, Ferry Fadlul Rahman	(2020)	Literature Review	Anxiety and social media addiction	<ul style="list-style-type: none"> - Symptoms of depression and anxiety are associated with excessive social media use - Excessive social media usage time, over three hours, is a significant risk to users' anxiety
2	The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness	Onder Baltac	(2019) University in Turkey	Korelasional	Variabel Dependen : Social Media Addiction Variabel Independen : Social Anxiety, Loneliness, Happiness	The findings showed that there was a positive relationship between students' social media addiction levels and their social anxiety and loneliness levels
3	Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial dan Kecemasan Sosial	Silvia Fardila Soliha	(2015) Kota Semarang	Penelitian Deskriptif Kuantitatif	Variabel Dependen : Tingkat Ketergantungan Variabel Independen : Kecemasan Sosial	Terdapat hubungan antara kecemasan sosial dan tingkat ketergantungan pada media sosial dengan arah hubungan bersifat searah karena korelasinya bernilai positif.
4	Internet Addiction is associated with social anxiety in young adults	Aviv Weinstein, Dikla Dorani, Rotem Elhadif, Yehely Bukovza, Anastasya Yarmulnik	(2015) Israel	Cross Sectional	used a demographic questionnaire with details on sex, age, year of birth, country of	our study found a moderate positive association between Internet addiction and social anxiety in 2 samples of the general population

					birth, marital status, employment, education, and Internet use.	
5	Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial Pada Mahasiswa	Fatih Azka, Dendih Fredi Firdaus, Elisa Kurniadewi	(2018) Pada Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung	Kuantitatif dan Metode Korelasi Prediktif	Variabel Dependen : Ketergantungan Media Sosial Variabel Independen : Kecemasan Sosial	Adanya pengaruh Kecemasan sosial terhadap ketergantungan media sosial pada mahasiswa