

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Media sosial merupakan aplikasi untuk membuat serta membagikan konten yang memungkinkan penggunanya saling berinteraksi, hingga mewujudkan sebuah jaringan secara *online*. Pengguna media sosial banyak digunakan karena memudahkan untuk saling berbagi informasi, ide, menyalurkan minat, hingga berdiskusi. Selain itu, media sosial membantu antar pengguna saling mengenal, terhubung dengan pengguna lainnya berdasarkan minat yang sesuai (Steckman & Andrews, 2017).

Pada saat ini, internet merupakan aspek penting yang mendukung kebutuhan remaja. Survei oleh (APJII, 2019) mengungkapkan ada 64.8% pengguna internet di Indonesia. Pengguna internet didominasi oleh kelompok remaja usia 15-19 tahun (91%) dan usia 20-24 tahun (88.5%).

Pandemi COVID-19 yang melanda seluruh negara di dunia sejak tahun 2020 telah merubah tatanan hidup manusia. Berbagai perubahan dilakukan yang salah satunya berdampak pada aspek komunikasi. *International Telecommunication Union* (ITU) menyatakan bahwa selama pandemi COVID-19 terjadi peningkatan penggunaan Internet secara global sebesar 63% dari populasi dunia dibandingkan dengan tahun 2019 yang hanya mencapai 54%. Pada tahun 2020

yang merupakan tahun awal pandemi COVID-19 terjadi, jumlah pengguna Internet mengalami pertumbuhan sebanyak 10.2%. Angka tersebut menjadi peningkatan terbesar dalam satu dekade terakhir (International Telecommunication Union, 2021).

Selama masa pandemi COVID-19, bersosialisasi lewat media sosial menjadi alternatif untuk tetap dapat terhubung dengan orang lain dalam keterbatasan situasi (Putri et al., 2021). Kebijakan pembatasan sosial saat pandemi COVID-19 telah meningkatkan penggunaan dan ketergantungan masyarakat pada media sosial untuk tetap terhubung dengan pekerjaan, pendidikan, dan sosial. Media sosial menjadi aspek yang kuat dalam penyebaran informasi di masa pandemi COVID-19. Platform media sosial seperti *Zoom*, *Skype*, *WhatsApp* menjadi sarana yang membantu dalam melaksanakan pekerjaan maupun melangsungkan aktivitas pendidikan (Wong et al., 2021).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan (Sebayang, 2020) pada remaja usia ≥ 16 tahun, sebanyak 87% telah meningkatkan penggunaan alat digital selama pandemi COVID-19. Dari berbagai macam aplikasi yang ada, media sosial merupakan salah satunya yang paling populer digunakan. Menurut (Elvira, 2020) telah terjadi peningkatan penggunaan media sosial sebesar 51% pada aplikasi tukar pesan *WhatsApp* yang paling banyak digunakan selama masa pandemi COVID-19. Dalam (Steckman & Andrews, 2017) dijelaskan bahwa fitur *chat* dalam media sosial membantu penggunanya untuk

meningkatkan jangkauan komunikasi dengan lebih luas dan lebih cepat. Melalui informasi yang diterima, komunitas maupun individu bisa bertindak untuk mencapai tujuan.

Media sosial menjadi peranan penting dan sangat membantu masyarakat untuk menjaga hubungan sosial pada masa pandemi COVID-19. Meskipun sangat membantu, penggunaan media sosial memiliki dampak negatif bagi para penggunanya, salah satunya ialah berpengaruh pada kesehatan mental. Remaja dengan penggunaan media sosial yang bermasalah menganggap media sosial sebagai aktivitas paling penting, serta dapat menimbulkan stres maupun kecemasan karena tidak dapat terhubung dengan dunia maya (Puukko et al., 2020). Media sosial dapat menyebabkan remaja mengalami *cyberbullying*, menimbulkan rasa tidak percaya diri, dan meragukan diri sendiri (Utomo et al., 2021).

Pada masa *social-distancing* terdapat aturan yang diberlakukan kepada semua masyarakat, salah satunya adalah aturan *lockdown*. Aturan tersebut menyebabkan hilangnya hubungan sosial, rutinitas sehari-hari, peran sosial, pekerjaan, dan secara langsung juga mempengaruhi faktor risiko depresi, seperti regulasi emosi dan mekanisme koping dalam menghadapi stres. Peningkatan stres akibat pandemi COVID-19 menimbulkan berbagai masalah kesehatan mental dan fisik seperti kecemasan. Kecemasan adalah awal mula munculnya

gejala depresi, dan prevalensinya cenderung meningkat selama pandemi COVID-19 terhadap tekanan psikologis (Gruber et al., 2021).

Di Indonesia, angka kecemasan sebesar 6.8% dan depresi sebesar 8.5% selama pandemi COVID-19 (Harahap, 2021). Untuk melihat gambaran gangguan kesehatan mental selama pandemi COVID-19 berlangsung, PDSKJI (Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia) mengadakan survei di Indonesia dengan hasil responden yang mengalami kecemasan sebanyak 65%, depresi sebanyak 62%, dan PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) sebanyak 75% (Nurulliah, 2021).

Prevalensi depresi global saat pandemi COVID-19 meningkat 7 kali lebih tinggi sebesar 25% dibandingkan dengan prevalensi depresi global tahun 2017 yang hanya sebesar 3.44% (Bueno-Notivol et al., 2021). Masa remaja adalah masa kritis munculnya gejala depresi dan kecemasan (Gruber et al., 2021). Kecemasan dan depresi menjadi penyebab utama masalah kesehatan mental pada remaja, bahkan dapat memicu keinginan untuk *self harm* dan bunuh diri (Sejati & Ghozali, 2021).

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur (UMKT) merupakan perguruan tinggi swasta yang terletak di Kota Samarinda. Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat berada dalam naungan Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM). Studi pendahuluan telah dilakukan pada tanggal 25 Februari 2022 terhadap 15 orang

perwakilan Mahasiswa Prodi S1 Kesehatan Masyarakat UMKT Tahun Ajaran Genap 2021/2022 (Angkatan 2018-2021) untuk mengetahui gambaran tingkat intensitas penggunaan media sosial dan tingkat depresi. Hasil studi menunjukkan sebesar 86.7% responden cenderung mengalami depresi. Kemudian, sebesar 46.7% responden memiliki intensitas tinggi dalam menggunakan media sosial, dan 53.3% berada dalam intensitas sedang.

Penelitian terdahulu menunjukkan pengaruh penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental. Jika penggunaan media sosial meningkat, maka kesehatan mental remaja akan meningkat pula. Begitupun sebaliknya, saat penggunaan media sosial menurun maka kesehatan mental remaja juga akan menurun (Septiana, 2021). Penelitian lain juga membuktikan adanya hubungan antara aktivitas sosial yang tinggi dengan kejadian depresi. Orang yang memiliki ketergantungan terhadap internet umumnya mengalami tingkat depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tidak ketergantungan internet (Yang et al., 2020).

Media sosial mendominasi kehidupan sehari-hari dan dapat membahayakan kesehatan mental remaja. Remaja dengan masalah penggunaan media sosial sering kali kurang mampu untuk mengatur *impuls* penggunaan media sosial mereka, menganggap penggunaan media sosial lebih penting daripada kegiatan lain, sibuk dengan media sosial, merasakan dorongan terus-menerus untuk online, dan

mengalami stres atau kecemasan ketika tidak bisa online (Apaolaza et al., 2019). Dengan kata lain, remaja memiliki kurang kontrol atas pikiran, emosi, dan perilaku yang dapat menyebabkan stres hingga depresi.

Berdasarkan uraian diatas maka akan dilakukan penelitian untuk mengetahui Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Depresi pada Remaja selama Pandemi COVID-19.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan dan uraian latar belakang, maka rumusan masalah pada penelitian ini ialah, “Apakah ada hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Depresi pada Remaja selama Pandemi COVID-19?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Depresi pada Remaja selama Pandemi COVID-19.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Tingkat Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Remaja selama Pandemi COVID-19.
- b. Mengetahui Tingkat Depresi pada Remaja selama Pandemi COVID-19.

- c. Menganalisis Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi pada Remaja selama Pandemi COVID-19.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian diharapkan dapat menambah Ilmu pengetahuan dan wawasan di bidang kesehatan terkait hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Depresi Remaja selama Pandemi COVID-19.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian sebagai bahan masukan dalam menambah pengetahuan pembaca tentang Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi Remaja selama Pandemi COVID-19.

b. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian dijadikan sebagai data dasar dalam perkembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan tentang Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi Remaja selama Pandemi COVID-19.

c. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian dapat menjadi sumber informasi kepada masyarakat tentang Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi Remaja selama Pandemi COVID-19.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

NO	JUDUL PENELITIAN	NAMA PENELITI	DESAIN PENELITIAN	VARIABEL	POPULASI & SAMPEL	HASIL
1.	Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19	(Gunawan et al., 2021)	<i>Cross Sectional</i>	Variabel Independen (Intensitas Penggunaan Media Sosial), Variabel Dependen (Tingkat Stress)	Populasi : Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Mulawarman Sampel : 192 orang Mahasiswa	Adanya hubungan dan korelasi positif yang menunjukkan semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, semakin parah tingkat stres yang dialami.
2.	Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Gejala Depresi Mahasiswa Kedokteran	(Handikasari et al., 2018)	<i>Cross Sectional</i>	Variabel Independen (Intensitas Penggunaan Media Sosial), Variabel Dependen (Gejala Depresi)	Populasi : Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Sampel : 207 orang Mahasiswa	Ada hubungan pada intensitas penggunaan media sosial dengan gejala depresi.
3.	Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Gejala Depresi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen	(Sitepu et al., 2022)	<i>Cross Sectional</i>	Variabel Independen (Intensitas Penggunaan Media Sosial), Variabel Dependen (Gejala Depresi)	Populasi : Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Sampel : 101 Mahasiswa	Tidak ditemukan hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi.
4.	Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi pada Mahasiswa	(Al Aziz, 2020)	<i>Cross Sectional</i>	Variabel Independen (Intensitas Penggunaan Media Sosial), Variabel Dependen (Tingkat Depresi)	Populasi : Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta Sampel : 250 Mahasiswa	Ada hubungan yang positif antara intensitas penggunaan media sosial dengan tingkat depresi.
5.	Penggunaan Media Sosial Terhadap Kejadian Depresi,	(Budury et al., 2019)	<i>Cross Sectional</i>	Variabel Independen (Penggunaan Media Sosial),	Populasi : Mahasiswa Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya	Terdapat hubungan positif antara penggunaan media sosial dengan kejadian depresi,

	Kecemasan Dan Stres Pada Mahasiswa			Variabel Dependen (Kejadian Depresi, Kecemasan dan Stres)	Sampel : 80 Mahasiswa	kecemasan, dan stres.
6.	<i>Problematic internet use in Bangladeshi students: The role of socio demographic factors, depression, anxiety, and stress</i>	(Mamun et al., 2019)	<i>Cross Sectional</i>	Variabel Independen (Depresi, Kecemasan, Stress, Kualitas Tidur), Variabel Dependen (<i>Problematic Internet Use</i>)	Populasi : Mahasiswa Universitas Jahangirnagar Sampel : 405 Mahasiswa	Terdapat hubungan antara depresi, kecemasan, stress, kualitas tidur dengan <i>Problematic Internet Use</i> .
7.	<i>Measuring the relationship between social media use and addictive behavior and depression and suicide ideation among University students</i>	(Jasso-Medrano & López-Rosales, 2018)	<i>Cross Sectional</i>	Variabel Independen (Kecanduan Internet) Variabel Dependen (Tingkat Depresi, Keinginan Bunuh Diri)	Populasi : Mahasiswa Universitas di Meksiko Sampel : 374 Mahasiswa	Kecanduan internet memiliki hubungan yang signifikan dengan depresi, keinginan bunuh diri, dan penggunaan internet.
8.	<i>The relationship between social media addiction and depression: a quantitative study among university students in Khost, Afghanistan</i>	(Haand & Shuwang, 2020)	<i>Cross Sectional</i>	Variabel Independen (Kecanduan Internet) Variabel Dependen (Tingkat Depresi)	Populasi : Mahasiswa dari 3 Universitas berbeda di Khost, Afghanistan Sampel : 384 Mahasiswa	Terdapat korelasi positif antara kecanduan internet dengan depresi.
9.	<i>Social Media Use and Mental Health during the COVID-19 Pandemic: Moderator Role of Disaster Stressor and Mediator Role of Negative Affect</i>	(Zhao & Zhou, 2020)	<i>Cross Sectional</i>	Variabel Independen (Penggunaan Media Sosial) Variabel Dependen (Kesehatan Mental)	Populasi : Mahasiswa Cina Sampel : 512 Mahasiswa Cina	Ada korelasi yang positif, jika penggunaan media sosial tinggi maka semakin kesehatan mental memburuk.
10.	<i>Association Between Usage of Social Media and Depression among Young Adults</i>	(Waqas et al., 2018)	<i>Cross Sectional</i>	Variabel Independen (Penggunaan Media Sosial) Variabel Dependen (Tingkat Depresi)	Populasi : 255 Mahasiswa dari 2 Universitas berbeda di Pakistan Sampel : 155 Mahasiswa	Ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan depresi.