

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Interaksi antar individu pada manusia dapat berubah dengan berkembangnya ilmu teknologi informasi dan komunikasi. Saat ini internet telah menciptakan sebuah budaya dan menjadi sebuah ruang digital baru. Dengan adanya internet dapat memberikan banyak kemudahan kepada penggunaannya. Berbagai macam informasi dan hiburan dari berbagai belahan dunia dapat diakses melalui internet. Kini kehadiran internet telah mencapai batas luas dari kehidupan dari pengguna, waktu, dan ruang yang dapat diakses oleh siapapun, dimanapun, dan kapanpun (Akbar & Faryansyah, 2018). Semua kebutuhan manusia dapat terpenuhi melalui internet. Mulai dari mendapatkan informasi dengan mudah, bersosialisasi, sampai ke hiburan. Kini masyarakat setempat memanfaatkan kehadiran internet sebagai media sosial (Soliha, 2015).

Penggunaan internet terutama pada media sosial semakin meningkat dan banyak digunakan oleh masyarakat (Fauzia et al., 2019). Berdasarkan survei yang didapatkan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) (2020), bahwa pada tahun 2019-2020 di Indonesia pengguna internet mencapai 196,7 juta dengan total populasi Indonesia sekitar 266,9 juta dengan penetrasi

73,3%. Menurut Wijaya (2015) melaporkan bahwa media sosial seperti facebook, twitter, google+, linked, instagram, skype, dan pinterest merupakan media sosial yang sering digunakan atau sering diakses. Selain itu, sebuah survei juga mengatakan bahwa setiap hari kurang lebih 2 jam 52 menit aktif dalam menggunakan media sosial (Felita et al., 2016).

Media sosial ini dibuat dengan tujuan untuk mempermudah komunikasi dan dapat mempererat hubungan antar individu, namun juga dapat memberi dampak yang buruk. Dampak yang ditimbulkan akibat berlebihan dalam penggunaan media sosial yaitu dapat menimbulkan efek yang negatif terhadap kondisi psikis seseorang yang dapat membuat lebih rentan terhadap kecemasan, depresi, dan gangguan psikis lainnya (Diniari, 2014).

Gangguan kecemasan adalah gangguan mental yang paling sering ditemukan dan merupakan beban penyakit yang tinggi. Berdasarkan studi kasus populasi ditemukan kasus kecemasan pada anak usia 13-17 tahun sebanyak 7,7% dan ditemukan kasus kecemasan pada usia 18-64 tahun sebanyak 6,6%. Studi meta-analisis menunjukkan bahwa pravelensi kecemasan yang ada di negara China sebanyak 0,9%, di Afganistan sebanyak 28,9%, Italia sebanyak 2,4%, dan Meksiko sebanyak 29,8% (Udawiyah et al., 2019). Sebuah survei tahun 2013 dari *American Psychological Association* juga menunjukkan bahwa masalah psikologis di kalangan mahasiswa

meningkat dengan rasio kecemasan (41,6%), depresi (36,4%), dan masalah hubungan (35,8%) (Nguyen et al., 2020).

Menurut Riskesdas tahun 2013 di Indonesia prevalensi gangguan kecemasan menunjukkan bahwa pada usia anak 6 tahun ke atas yaitu sekitar 16 juta penduduk atau 6%, di Indonesia mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala depresi dan kecemasan (F. S. Sari, 2019). Seperti gangguan panik dan gangguan pasca trauma. Berdasarkan jenis kelamin prevalensi pada perempuan sebanyak 60% lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki dengan gangguan kecemasan seumur hidup (Donner & Lowry, 2018).

Berdasarkan data yang dilaporkan oleh Madden, Lenhart, Duggan, Cortesi, dan Gasser (2013) terdapat sebanyak 95% remaja dengan usia rata-rata yaitu 12-17 tahun yang secara aktif online di internet (media sosial). Survei melaporkan bahwa sebanyak 81% remaja menggunakan media sosial online yang melibatkan 802 remaja. Terdapat sebanyak 24% remaja aktif menggunakan twitter dan sebanyak 77% menggunakan facebook. Aktivitas yang dilakukan remaja saat aktif dalam media sosial diantaranya yaitu memposting kehidupan pribadi seperti mengunggah sebuah foto, menempel nama sekolah, menempel lokasi tempat tinggal, musik, mengupdate film favorit, dan buku favorit (Alamsyah et al., 2015). Aktualisasi diri yang terjadi di masyarakat inilah yang banyak menimbulkan masalah dalam budaya berbagi di media sosial. Seperti yang telah diketahui sering terjadi tindakan kriminal yang berawal dari media sosial, seperti

penculikan, perdagangan manusia, dan pembunuhan. Dalam menggunakan media sosial sering kali memberikan informasi yang bersifat pribadi dan sensitif ke media sosial secara berlebihan, sehingga dapat menimbulkan terjadinya tindakan kriminal dan dapat menimbulkan kerugian bagi penggunanya (Mailoor et al., 2017). Goldner (2008) mengatakan bahwa remaja kini memiliki kebutuhan untuk mengakses media sosial dan internet yaitu media sosial, serta untuk meningkatkan hubungan secara pribadi untuk mengaktualisasikan diri melalui keterampilan secara pribadi. Aktualisasi diri dalam keterampilan secara pribadi yang penting bagi perkembangan remaja, tetapi keterampilan secara pribadi yang dimiliki remaja sangat rendah (Alamsyah et al., 2015).

Berdasarkan dari data diatas, dengan kemajuan teknologi saat ini khususnya sebagai pengguna media sosial di kalangan remaja. Kemajuan teknologi ini sangat berpengaruh pada dimensi setiap manusia. Dan sebagai fakta data yang telah ditemukan di lapangan pengguna media sosial semakin meningkat dari tahun ke tahun, di sisi kemajuan teknologi hal ini sebenarnya bagus akan tetapi di sisi lain dengan kehadiran teknologi membuat remaja semakin sering mengakses sehingga mengakibatkan kecemasan ketika tidak mengakses media sosial.

Aktualisasi diri di platform media sosial telah menjadi bagian penting dari kehidupan seseorang. Aktualisasi diri adalah tindakan mengungkapkan informasi pribadi yang dapat bermanfaat secara

intrinsik dan bermanfaat secara sosial (Ma et al., 2016). Aktualisasi diri adalah sebuah proses kegiatan fisik dalam berbagi informasi dengan orang lain. Informasi yang berhubungan dengan kehidupan pribadi, perasaan, rencana masa depan, impian, dan lain sebagainya. Dalam kehidupan sehari-hari aktualisasi diri tidak hanya terjadi pada komunikasi dan interaksi secara langsung, akan tetapi dapat terjadi pada media perantara yaitu media sosial (Mahardika & Farida, 2019).

Dampak aktualisasi diri di dunia maya yang berlebihan yang dilihat dari segi sosial berkaitan dengan kurangnya interaksi langsung di dunia nyata, hal ini dapat berkaitan dengan munculnya gangguan dari kecemasan. Studi yang dilakukan oleh Leary & Kowalsky (1995, dalam Caplan 2005) melaporkan, terdapat hubungan antara aktualisasi diri dengan kecemasan. Selain itu, dapat disebabkan dengan kurangnya interaksi secara langsung di dunia nyata, terdapat faktor lain yang mempengaruhi *problematic internet use* merupakan kesulitan remaja untuk berinteraksi dan beradaptasi dengan suatu lingkungan. Selain itu, bagi seseorang yang memiliki kecanduan dengan media sosial, saat mendapatkan notifikasi maka secara otomatis tubuh akan langsung merespon dengan adanya notifikasi tersebut. Jika dalam satu hari tidak mendapatkan notifikasi, maka rasa cemas akan timbul akibat reaksi dari kecanduan tersebut.

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, karena kampus ini merupakan kampus satu-satunya yang ada di Samarinda yang menggunakan *IT-*

Based Paperless, sehingga mahasiswa diharuskan menggunakan jejaring internet untuk mengaksesnya dan tanpa batasan. Dengan hal ini membuat mahasiswa sering berkomunikasi dengan orang lain menggunakan internet dan media sosial.

Berdasarkan penelitian (Hartinah et al., 2019) mengatakan bahwa mahasiswa prodi keperawatan merupakan mahasiswa yang bertanggung jawab terhadap peran dan fungsi keperawatan sebagai tenaga kesehatan yang profesional. Perawat mempunyai tanggung jawab dengan peningkatan derajat kesehatan seseorang, tidak hanya berfokus pada masalah psikologis namun pada masalah fisik juga. Jika mahasiswa keperawatan terganggu dalam masalah psikologis maka saat memberikan asuhan keperawatan akan mengalami hambatan.

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan semester 2 Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur terdapat 47,1% mahasiswa pernah mengalami kecemasan. Jika dilihat dari hasil presentase berdasarkan skala *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) masuk ke dalam kategori kecemasan ringan. Kecemasan ringan perlu mendapatkan perhatian lebih lanjut, karena ketegangan yang dialami sehari-hari dapat berhubungan dengan cemas ringan ini. Meskipun dikategorikan cemas ringan harus terus diawasi karena khawatir akan terus meningkat kecemasannya jika mengalami ketegangan dalam hidupnya suatu saat nanti.

Dalam hal ini dibutuhkan peran dari kesehatan masyarakat yang mana perlu meninjau kembali masalah yang menyebabkan remaja mengalami kecemasan dan dilakukan berbagai upaya pencegahan terhadap masalah kecemasan yang dialami oleh remaja agar tidak berada pada kondisi yang parah.

Berdasarkan deskripsi diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui “hubungan aktualisasi diri di media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan aktualisasi diri di media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menjelaskan hubungan aktualisasi diri di media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi aktualisasi diri di media sosial mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada mahasiswa S1 keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

- c. Menganalisis hubungan aktualisasi diri di media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Remaja

Sebagai bentuk informasi terkait hubungan aktualisasi diri di media sosial dengan tingkat kecemasan pada remaja sehingga remaja sendiri dapat memperhatikan aktualisasi diri di media sosial dan tingkat kecemasan pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

2. Bagi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu dalam menambah informasi dan literatur bagi Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat sehingga dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

3. Bagi peneliti

Sebagai bahan bagi peneliti untuk mengimplementasikan ilmu yang didapat selama perkuliahan, sehingga dapat memperluas ilmu pengetahuan dan wawasan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

| No | Judul penelitian | Nama dan Tahun Peneliti | Tempat Penelitian | Rancangan Penelitian | Variabel Penelitian | Hasil Penelitian |
|----|---|-------------------------|---------------------------|------------------------|--|---|
| 1 | Pengaruh penggunaan media sosial <i>snapchat</i> terhadap | Andrian Mailoor | Universitas Sam Ratulangi | Penelitian kuantitatif | Variabel bebas : media sosial <i>snapchat</i> , variabel | Terdapat hubungan antara variabel penggunaan media sosial |

| | | | | | | |
|---|--|--|-----------------------------|--|---|--|
| | pengungkapan diri mahasiswa jurusan ilmu komunikasi fakultas ilmu sosial dan politik universitas SAM Ratulangi | | | | terikat : pengungkapan diri | yaitu <i>snapchat</i> , terhadap pengungkapan diri mahasiswa jurusan ilmu komunikasi fakultas ilmu sosial dan politik |
| 2 | Pengaruh pengungkapan diri di media sosial terhadap perkembangan identitas diri siswa SMAN 2 Pamekasan | Zehrotut Toyyebah | 2017 SMAN 2 Pamekasan | Penelitian kuantitatif menggunakan desain korelasi | Variabel bebas : pengungkapan diri di media sosial, Variabel terikat : perkembangan identitas diri | Hasil menunjukkan pengungkapan diri di media sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan identitas diri siswa SMAN 2 Pamekasan |
| 3 | The relationship of loneliness and social anxiety with children and adolescent's online communication | Luigi Bonetti | 2011 | Cross sectional | Variabel bebas : komunikasi online, variabel terikat : kesepian dan kecemasan sosial | Adanya hubungan antara komunikasi online dengan kesepian dan kecemasan sosial. Hasil yang didapat adalah remaja yang sering menggunakan komunikasi online dibandingkan anak-anak |
| 4 | Pengungkapan diri di media sosial di tinjau dari kecemasan sosial pada remaja | 1. Zarina Akbar 2. Robby Faryansyah | 2018 Di Jakarta | Penelitian kuantitatif dengan desain <i>expost facto</i> | Variabel bebas : pengungkapan diri, variabel terikat : kecemasan sosial | Tidak terdapat pengaruh kecemasan sosial terhadap pengungkapan diri di media sosial pada remaja |