

SKRIPSI

HUBUNGAN KECEMASAN SOSIAL TERHADAP TINGKAT KETERGANTUNGAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA UNIVERSITAS SRIWIJAYA



OLEH

NAMA : DIAH TRI WAHYUNI
NIM : 10011381722187

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2022**

SKRIPSI

HUBUNGAN KECEMASAN SOSIAL TERHADAP TINGKAT KETERGANTUNGAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar (S1)
Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : DIAH TRI WAHYUNI

NIM : 10011381722187

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2022

**KESEHATAN DAN KESELAMATAN
KERJA KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
Skripsi, Desember 2022**

DIAH TRI WAHYUNI

Hubungan Kecemasan Sosial Terhadap Tingkat Ketergantungan Media Sosial Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya

ABSTRAK

Ketergantungan media sosial dapat dipengaruhi oleh masalah sosial yang dialami seseorang. Salah satunya adalah kecemasan sosial, yakni rasa cemas akibat situasi sosial yang menyebabkan beberapa kumpulan gejala fisik dan dapat mengganggu kegiatan seseorang. Penelitian ini dilakukan dengan metode berupa pengisian kuesioner SAS-A untuk mengukur kecemasan sosial dan kuesioner BSMAS untuk mengukur tingkat ketergantungan media sosial. Penelitian ini berupa penelitian kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional dan bersifat korelasional. Populasi penelitian merupakan seluruh mahasiswa universitas sriwijaya angkatan 2019, dengan teknik *cluster random sampling* pengambilan sampel berjumlah 130 mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara ketergantungan media sosial dengan kecemasan sosial (p-value = <0,001), jenis kelamin (p-value = 0,018), serta tingkat kesepian (p-value = <0,001), dan tidak terdapat hubungan antara ketergantungan media sosial dengan uang saku (p-value = 0,336) dan durasi penggunaan media sosial (value = 0,157). Disimpulkan terdapat kenaikan setiap satu nilai kecemasan sosial, maka tingkat ketergantungan media sosial akan naik sebesar 0,203 setelah dikontrol variabel tingkat kesepian. Untuk mengurangi atau mengatasi hal ini pihak universitas dan berwenang lainnya dapat membuat program pendataan serta konseling per fakultas, dan untuk mahasiswa dapat lebih memperhatikan kesehatan mental diri serta lebih bijak dalam menggunakan media sosial dengan memperbanyak sosialisasi di kehidupan nyata dan menghabiskan waktu bersama keluarga maupun teman yakni kegiatan yang tidak terikat dengan media sosial.

Kata Kunci: Ketergantungan media sosial, kecemasan sosial, SAS-A, BSMA

OCCUPATIONAL SAFETY AND HEALTH
FACULTY OF PUBLIC HEALTH
SRIWIJAYA UNIVERSITY
Thesis, December 2022

DIAH TRI WAHYUNI

Relationship Between Social Anxiety and Level of Social Media Dependence in Sriwijaya University Students

ABSTRACT

Social media dependence can be influenced by social problems that a person experiences. One of them is social anxiety, namely anxiety due to social situations that cause several sets of physical symptoms and can interfere with one's activities. This research was conducted by filling out the SAS-A questionnaire to measure social anxiety and the BSMAS questionnaire to measure the level of social media dependence. This is a quantitative study with a cross-sectional and correlational research design. The research population was all Sriwijaya University students, class of 2019, using the cluster random sampling technique to take a sample of 130 students. The results showed that there was a relationship between social media dependence and social anxiety (p -value = 0.001), gender (p -value = 0.018), and the level of loneliness (p -value = 0.001), and there was no relationship between media dependency and social media with pocket money (p -value = 0.336) or the duration of using social media (value = 0.157). It was concluded that there was an increase in each value of social anxiety, so the level of dependence on social media would increase by 0.203 after controlling for the variable level of loneliness. To reduce or overcome this, the university and other regulations can establish data collection and counseling programs per faculty, and students can pay more attention to their mental health and be wiser in their use of social media by increasing socialization in real life and spending time with family and friends, i.e activities unrelated to social media.

Keywords: Social media dependence, social anxiety, SAS-A, BSMAS

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya mengikuti kaidah Etika Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya serta menjamin bebas plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, 2022
Yang bersangkutan,



Dlah Tri Wahyuni
NIM. 10011381722187

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN KECEMASAN SOSIAL TERHADAP TINGKAT KETERGANTUNGAN MEDIA SOSIAL PADA MAHASISWA UNIVERSITAS SRIWIJAYA

SKRIPSI

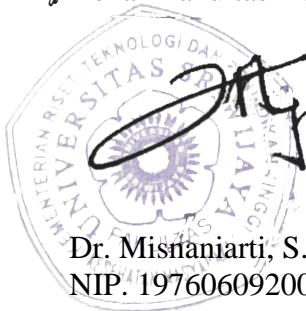

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu
Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Kesehatan Masyarakat

Oleh

DIAH TRI WAHYUNI

NIM. 10011381722187

Mengetahui
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 197606092002122001

Indralaya, 21 Desember 2022

Pembimbing Skripsi



Mona Lestari, S.KM., M.K.K.K
NIP. 199006042019032019

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Hubungan Kecemasan Sosial Terhadap Tingkat Ketergantungan Media Sosial Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya” telah diseminarkan di hadapan Panitia Sidang Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 20 Desember 2022 dan dinyatakan sah untuk melakukan ujian skripsi.

Indralaya, 21 Desember 2022


Ketua Penguji :

1. Widya Lionita, S.KM., M.PH
NIP. 199004192020122014

()


Anggota Penguji :

1. Nurmalia Erni, S.ST., M.KM
NIP. 199208022019032020
2. Mona Lestari, S.KM., M.K.K.K
NIP. 199006042019032019


()

()

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya


Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 197606092002122001

Koordinator Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya


Asmaripa Ainy, S.Si., M.Kes
NIP. 197909152006042005

RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama Mahasiswa : Diah Tri Wahyuni
NIM : 10011381722187
Tempat, Tanggal Lahir : Tanjung Enim, 6 September 1999
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jl. Padat Karya RT. 016 / RW. 004, Kelurahan Sri-
Mulya, Kecamatan Sematang Borang, Palembang
Email : diahtriw99.dtw@gmail.com
No. HP : (+62) 895618016444

Riwayat Pendidikan

1. TK (2004 – 2005) : TK Aisyiyah Bustanul Athfal Tanjung Enim
2. SD (2005 – 2011) : SD Negeri 16 Lawang Kidul
3. SMP (2011 – 2014) : SMP Negeri 1 Unggulan Lawang Kidul
4. SMA (2014 – 2017) : SMA Negeri 5 Palembang
5. S1 (2017 – 2022) : Peminataan Kesehatan dan Keselamatan Kerja,
Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan
Masyarakat, Universitas Sriwijaya

Riwayat Organisasi

1. 2017 – 2018 : Anggota BO Pers Publishia FKM Universitas
Sriwijaya
2. 2018 – 2019 : Kepala Departemen Redaksi Publik BO Pers
Publishia FKM Universitas Sriwijaya
3. 2019 – 2020 : Anggota *Occupational Health and Safety
Association (OHSA)*

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, Tuhan semesta alam karena atas berkat, rahmat, dan karunia-Nya lah saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Kecemasan Sosial Terhadap Tingkat Ketergantungan Media Sosial Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya”. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, saran, dan dukungan dari berbagai pihak yang telah membantu dan mendorong saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, saya ingin menyampaikan rasa terima kasih saya kepada semua pihak yang telah membantu saya dalam mengerjakan skripsi ini. Dengan kerendahan hati, saya ingin mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Misnaniarti, S.KM, M.K.M selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Dr. Novrikasari, S.KM, M.Kes selaku Kepala Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Mona Lestari, S.KM., M.KKK selaku dosen pembimbing saya yang telah memberikan arahan dan motivasi kepada saya hingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Widya Lionita, S.KM, M.PH dan Ibu Nurmalia Ermi, S.ST, M.KM selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan ilmu serta saran yang sangat membantu dalam kesempurnaan penelitian ini.
5. Seluruh dosen dan staff civitas akademika Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
6. Kedua Orang Tua tercinta, Kakak saya, dan keluarga besar saya yang telah mendukung dan memberi semangat kepada saya baik secara moral, spiritual, dan materi.
7. Teman-teman saya yang juga ikut serta membantu dan mendukung saya dalam masa perkuliahan dan menyelesaikan skripsi ini.

Terima kasih atas segala bantuan dan kebaikannya. Semoga Allah SWT memberikan balasan dan melimpahkan berkahnya pada kita semua. Saya menyadari bahwa masih banyak keterbatasan dan kekurangan dalam pembuatan skripsi ini. Untuk itu saya mohon maaf dan menerima saran serta kritik yang membangun guna sebagai pembelajaran maupun perbaikan pada karya

selanjutnya. Akhir kata saya mengucapkan terima kasih dan semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak.

Palembang, 21 Januari 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Diah Tri Wahyuni', with a stylized flourish at the end.

Diah Tri Wahyuni

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat	6
1.4.2 Bagi Responden	6
1.4.3 Bagi Mahasiswa	6
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	6
1.5.1 Lingkup Lokasi	6
1.5.2 Lingkup Waktu	6
1.5.3 Lingkup Materi	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Tinjauan Umum Tentang Media Sosial	8
2.1.1 Definisi Media Sosial	8
2.1.2 Jenis Media Sosial	9
2.1.3 Fungsi Media Sosial.....	10

2.1.4 Dampak Media sosial.....	11
2.1.5 Durasi Penggunaan Media Sosial	12
2.2 Tinjauan Umum Tentang Kecemasan Sosial.....	12
2.2.1 Definisi Kecemasan Sosial	12
2.2.2 Ciri-Ciri Kecemasan Sosial	14
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan Sosial.....	15
2.2.4 Dimensi Kecemasan Sosial.....	16
2.2.5 Dampak Kecemasan Sosial.....	17
2.2.6 Alat Ukur Kecemasan Sosial	17
2.3 Tinjauan Umum Tentang Mahasiswa	18
2.3.1 Definisi Mahasiswa.....	18
2.3.2 Karakteristik Perkembangan Mahasiswa.....	19
2.4 Ketergantungan Media Sosial	20
2.4.1 Definisi Ketergantungan Media Sosial	20
2.4.2 Faktor yang berhubungan dengan Ketergantungan Media Sosial	20
2.4.3 Alat Ukur Ketergantungan Media Sosial.....	24
2.5 Penelitian Terdahulu	27
2.6 Kerangka Teori	30
2.7 Kerangka Konsep.....	31
2.8 Definisi Operasional	32
2.9 Hipotesis	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
3.1 Desain Penelitian	36
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	36
3.2.1 Populasi Penelitian.....	36
3.2.2 Sampel Penelitian	36
3.3 Jenis, Cara dan Alat Pengumpulan Data.....	39
3.3.1 Jenis Data.....	39
3.3.2 Cara Pengumpulan Data	39
3.3.3 Alat Pengumpulan Data	40
3.4 Pengolahan Data	41
3.5 Validitas dan Reliabilitas Data	42

3.5.1 Validitas Data	42
3.5.2 Reliabilitas Data.....	43
3.6 Analisis dan Penyajian Data	44
3.6.1 Analisis Data.....	44
3.6.2 Penyajian Data	47
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	48
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	48
4.2 Analisis Data.....	49
4.2.1 Analisis Univariat	49
4.2.2 Analisis Bivariat	56
4.2.3 Analisis Multivariat	58
BAB V PEMBAHASAN	64
5.1 Keterbatasan Penelitian.....	64
5.2 Pembahasan	65
5.2.1 Ketergantungan Media Sosial	65
5.2.2 Hubungan Kecemasan Sosial dengan Ketergantungan Media Sosial ...	66
5.2.3 Hubungan Jenis Kelamin dengan Ketergantungan Media Sosial	68
5.2.4 Hubungan Uang Saku dengan Ketergantungan Media Sosial	69
5.2.5 Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Ketergantungan Media Sosial	70
5.2.6 Hubungan Tingkat Kesepian dengan Ketergantungan Media Sosial	71
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	73
6.1 Kesimpulan	73
6.2 Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Skor Pernyataan SAS-A.....	18
Tabel 2. 2 Skor Pernyataan BSMAS.....	25
Tabel 2. 3 Social Media Addiction Scale BSMAS	25
Tabel 2. 4 Penelitian Terdahulu	27
Tabel 2. 5 Definisi Operasional	32
Tabel 3. 1 Hasil Pembagian Jumlah Sampel dengan Teknik.....	38
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian	50
Tabel 4. 2 Distribusi Rata-Rata Variabel Penelitian	50
Tabel 4. 3 Frekuensi Pernyataan Variabel Tingkat Ketergantungan Media Sosial	51
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Pernyataan Variabel Kecemasan Sosial	53
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Pernyataan Variabel Tingkat Kesepian	54
Tabel 4. 6 Hubungan Kecemasan Sosial Dengan Ketergantungan Media Sosial..	56
Tabel 4. 7 Hubungan Jenis Kelamin Dengan Ketergantungan Media Sosial	57
Tabel 4. 8 Hubungan Durasi Dengan Ketergantungan Media Sosial	57
Tabel 4. 9 Hubungan Uang Saku Dengan Ketergantungan Media Sosial	58
Tabel 4. 10 Hubungan Tingkat Kesepian Dengan Ketergantungan Media Sosial.	58
Tabel 4. 11 Hasil Penelitian Awal	59
Tabel 4. 12 Hasil Identifikasi Confounding.....	60
Tabel 4. 13 Hasil Rekapitulasi Uji Asumsi Regresi Linier Berganda	60
Tabel 4. 14 Hasil Final Model Hubungan Antara Kecemasan Sosial Dengan Tingkat Ketergantungan Media Sosial.....	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	30
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep.....	31
Gambar 4. 1 Denah Universitas Sriwijaya Kampus Indralaya	48
Gambar 4. 2 Denah Universitas Sriwijaya Kampus Bukit.....	49
Gambar 4. 3 Diagram Scatter Plot Homoskedasitas	61

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 2 Lembar Kuesioner Penelitian

Lampiran 3 Kecemasan sosial menggunakan kuesioner SAS-A (*Social Anxiety Scale For Adolescent*)

Lampiran 4 Kuesioner *The Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS) untuk mengukur ketergantungan media sosial pada diri seseorang

Lampiran 5 Tingkat Kesepian menggunakan kuesioner UCLA *Loneliness Scale version 3*

Lampiran 6 Foto Pengambilan Data Selasa, 16 Agustus 2022

Lampiran 7 Foto Pengambilan Data Kamis, 18 Agustus 2022

Lampiran 8 Foto Pengambilan Data Jum'at, 19 Agustus 2022

Lampiran 9 *Output* Analisis Univariat

Lampiran 10 *Output* Analisis Bivariat

Lampiran 11 *Output* Analisis Multivariat

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di masa modern saat ini hampir tidak mungkin bila tidak terkena paparan media. Seiring dengan perkembangan zaman, kehadiran media semakin lama semakin beragam dan berkembang, salah satunya media sosial. Berdasarkan data *Hootsuite We Are Social* (2021) bulan Oktober tahun 2021 pengguna media sosial secara global terus meningkat setiap tahunnya. Diperoleh peningkatan lebih dari 400 juta (9,9%) atau lebih kurang mencapai angka 4,55 miliar pengguna di dunia, dengan laju total global meningkat lebih dari 1 juta pengguna baru setiap harinya. Dalam penggunaan media sosial yang pesat ini tentunya memiliki dampak yang baik dan buruk dalam kehidupan bermasyarakat, dampak baik yang didapat antara lain lebih mudahnya dalam berkomunikasi jarak jauh, didapatkannya informasi terkini lebih cepat, dan dapat memperluas pergaulan. Sedangkan dampak buruk penggunaan media sosial antara lain interaksi secara tatap muka cenderung menurun, membuat kecanduan terhadap internet, dan masalah privasi.

Penggunaan media sosial yang meningkat pesat juga identik di kalangan para remaja, berdasarkan data yang diperoleh dari *Pew Research Center* pada tahun 2021 mayoritas pengguna media sosial di Amerika Serikat berusia 17 – 25 tahun, yang mana pada usia tersebut termasuk usia remaja akhir (Depkes RI, 2009). Penggunaan media sosial di kalangan remaja yang berlebihan dan tanpa pengawasan akan mengarah pada perilaku ketergantungan media sosial. Selain ketergantungan hal ini juga dapat berkaitan dengan masalah hubungan sosial lainnya. Survei *Pew Research Center* pada tahun 2018 di Amerika Serikat menunjukkan satu dari enam remaja telah mengalami setidaknya satu dari enam bentuk perilaku penganiayaan *online* dari media sosial. Kesehatan seseorang bukan hanya dilihat dari kesehatan fisik saja, melainkan juga kesehatan mental atau jiwa yang baik. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021), kesehatan jiwa yang baik adalah kondisi dimana seseorang secara batin berada dalam keadaan tenteram dan tenang, sehingga memungkinkan untuk menikmati kehidupan sehari-hari dan menghargai orang lain di sekitar. Dalam hal ini

berkaitan dengan masalah kesehatan mental yang kerap berkaitan dengan penggunaan media sosial antara lain stres, depresi, kesepian dan kecemasan (Hilal Bashir and Shabir Ahmad Bhat, 2017).

Menurut *Social Anxiety Institute* salah satu masalah kecemasan yang marak terjadi di Amerika Serikat yakni kecemasan sosial (*social anxiety*), jenis kecemasan ini setidaknya dialami oleh 15 juta orang Amerika Serikat setiap tahunnya, angka kecemasan sosial juga meluas di seluruh dunia bukan hanya di Amerika Serikat. Sama halnya dengan Indonesia, angka kecemasan sosial di Indonesia terbilang cukup tinggi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Vriends *et al.* (2013) didapatkan persentase sebesar 15,8% dari 311 orang Indonesia mengalami kecemasan sosial, dan pada penelitian yang dilakukan oleh Hasibuan (2013) terdapat 31,2% dari 253 partisipan yang mengalami kecemasan sosial. Dengan hal tersebut dapat menunjukkan persentase kecemasan sosial di Indonesia mengalami peningkatan. Kecemasan sosial juga bisa memunculkan masalah kesehatan pada diri seseorang, pengidap kecemasan sosial memiliki gejala yang akan timbul ketika merasakan kecemasan antara lain rasa cemas dan rasa malu yang intens, rasa waspada, serta rasa takut untuk dikritik. Rasa cemas akibat situasi sosial menimbulkan beberapa kumpulan gejala fisik seperti berkeringat, gemetar, wajah merah, berdebar-debar, hingga rasa mual dan diare. Kecemasan juga dapat menyebabkan beberapa gangguan pada perilaku seperti lebih mudah untuk lupa, berbicara terbata-bata dan diam membeku atau *freezing*. Tanda lain yang dapat terlihat adalah perilaku menghindar, seperti bolos dari sekolah atau tempat bekerja (Cederlund and Öst, 2013). Hal ini tentu dapat mengganggu seseorang untuk dapat berkegiatan sehari-hari di dalam lingkungan masyarakat.

Melalui komunikasi secara *online* terdapat kemungkinan dapat membuat seseorang merasa lebih didengar atau mereka dapat dengan mudah mengekspresikan dirinya di media sosial. Kemudahan yang didapat dari media sosial ini dapat membuat penggunaannya menjadi ketergantungan (Azka, 2018). Seseorang yang aktif dalam penggunaan media sosial cenderung akan merasa tidak tenang dan belum puas jika dalam rentang beberapa jam tidak membuka akun media sosial dan tidak mendapatkan notifikasi, kejadian ini merupakan salah satu bentuk kecemasan. Pada seseorang yang mengalami kecemasan sosial secara

oral akan merasa cemas pada saat harus berbicara, maka mereka akan lebih merasa nyaman pada media komunikasi yang berupa tulisan (Robbins *et al.*, 2013). Riset dari DataReportal (2021) menunjukkan bahwa jumlah pengguna media sosial Indonesia mencapai 191,4 juta pada Januari 2022. Angka ini meningkat 21 juta atau 12,6 persen dari tahun 2021. Peneliti juga menemukan data berdasarkan survei yang dilakukan APJII (2020) pada tahun 2019 – 2020 bahwa Provinsi Sumatera Selatan menjadi peringkat kedua tertinggi dalam peningkatan pengguna internet tahun 2019 – 2020 di Pulau Sumatera, begitu juga dengan Kota Palembang yang merupakan salah satu kota dengan persentase pengguna internet yang tinggi yakni sebanyak 86% per jumlah penduduknya.

Data pengguna media sosial di Indonesia juga mayoritas diambil alih oleh usia remaja akhir, hal ini juga dapat terjadi dikarenakan pada usia remaja akhir sedang mengalami dinamika psikologis (Kandell 1998 dalam Azka 2018). Perubahan fisik, sosial, dan perubahan secara psikologis yang terjadi pada masa remaja merupakan sebuah fase transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Transisi tersebut menyebabkan interaksi sosial dengan sekitar menjadi sangat penting sehingga dapat menyebabkan *distress*, perasaan tidak aman dan kekhawatiran dalam periode transisi juga dapat menyebabkan gangguan kecemasan yang terjadi (Oort *et al.*, 2011). Perubahan kognitif dimana berkembangnya kemampuan untuk menerima perspektif orang lain dalam berbagi pengalaman dan pemikiran juga mungkin menjelaskan munculnya SAD pada remaja (Cederlund and Öst, 2013).

Usia remaja akhir merupakan usia para mahasiswa yakni 18 – 29 tahun (Depkes RI, 2009). Usia para mahasiswa memiliki kemungkinan rentan terhadap ketergantungan pada media sosial, menurut survei yang dilakukan APJII pengguna media sosial yang memiliki intensitas tinggi adalah individu dengan tingkat pendidikan tinggi. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi juga intensitas kegiatan mereka dalam menggunakan media sosial (APJII, 2015). Mahasiswa dapat memiliki kerentanan yang tinggi terhadap ketergantungan media sosial dibandingkan dengan kelompok masyarakat lain juga bisa dipengaruhi fase *emerging adulthood* yang sedang dialami mahasiswa. Pada fase ini mahasiswa mulai mengalami transisi dari remaja akhir menuju dewasa

awal yang penuh dengan dinamika psikologis. Pada masa ini juga mahasiswa sedang mengalami pencarian identitas prestasi yang ditandai dengan proses pembentukan identitas diri dan berusaha untuk hidup mandiri dengan melepaskan diri dari pengaruh dan peran orang tua (Smahel, Brown & Blinka 2012 dalam Azka 2018).

Untuk mengatasi serta mengawasi permasalahan kesehatan mental ini sudah ada beberapa gerakan yang dilakukan, seperti yang dilakukan oleh Z Zurich Foundation dan UNICEF meluncurkan kemitraan global untuk mempromosikan kesehatan mental anak muda dengan membekali informasi, keterampilan, dan strategi tentang cara merawat kesehatan mental yang bertujuan mencapai kesehatan mental positif, program ini dimulai di Vietnam, Meksiko, Indonesia, Nepal, Ekuador, dan Maladewa. Di Indonesia juga terdapat gerakan seperti pembentukan Tim Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial (DKJPS) serta peluncuran layanan aplikasi seluler Sehat Jiwa yang dapat diunduh di telepon genggam masing-masing. Layanan aplikasi ini merupakan salah satu inovasi yang mendekatkan masyarakat pada akses informasi layanan kesehatan mental. Tetapi tidak dapat dipungkiri juga bahwa masalah kesehatan mental atau jiwa ini masih kurang disadari dan diperhatikan oleh masyarakat. Maka dalam hal ini penulis yang juga merupakan seorang mahasiswa yang berada di masa remaja akhir menemukan banyaknya kejadian ketergantungan media sosial di lingkungan penulis yang berhubungan dengan paparan diatas, maka dari itu penulis memutuskan melakukan penelitian lebih dalam terkait hubungan antara kecemasan sosial dengan ketergantungan media sosial pada mahasiswa di Universitas Sriwijaya, Sumatera Selatan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan latar belakang diatas didapatkan beberapa keterkaitan masalah antara kecemasan sosial dan ketergantungan media sosial khususnya pada usia remaja akhir, dalam hal ini salah satunya mahasiswa. Mahasiswa dapat memiliki kerentanan yang tinggi terhadap ketergantungan media sosial dibandingkan dengan kelompok masyarakat lain juga bisa dipengaruhi fase *emerging adulthood* yang sedang dialami mahasiswa. Pada fase ini mahasiswa

mulai mengalami transisi dari remaja akhir menuju dewasa awal yang penuh dengan dinamika psikologis. Pada masa ini juga mahasiswa sedang mengalami pencarian identitas prestasi yang ditandai dengan proses pembentukan identitas diri dan berusaha untuk hidup mandiri dengan melepaskan diri dari pengaruh dan peran orang tua (Smahel, Brown & Blinka 2012 dalam Azka 2018). Peneliti yang juga merupakan mahasiswa menemukan banyaknya kejadian berupa ketergantungan internet/media sosial di lingkungan mahasiswa. Dari hal ini peneliti menyimpulkan rumusan masalah pada penelitian ini berupa bagaimanakah hubungan kecemasan sosial dan tingkat ketergantungan media sosial pada mahasiswa di lingkungan Universitas Sriwijaya.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan kecemasan sosial dan tingkat ketergantungan media sosial pada mahasiswa.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui kecemasan sosial pada mahasiswa Universitas Sriwijaya
2. Mengetahui tingkat ketergantungan media sosial pada mahasiswa Universitas Sriwijaya
3. Mengetahui hubungan kecemasan sosial terhadap tingkat ketergantungan media sosial pada mahasiswa Universitas Sriwijaya
4. Mengetahui gambaran jenis kelamin, uang saku, durasi penggunaan media sosial dan tingkat kesepian pada mahasiswa Universitas Sriwijaya
5. Menganalisis hubungan jenis kelamin terhadap tingkat ketergantungan media sosial pada mahasiswa Universitas Sriwijaya
6. Menganalisis hubungan uang saku terhadap tingkat ketergantungan media sosial pada mahasiswa Universitas Sriwijaya
7. Menganalisis hubungan durasi penggunaan media sosial terhadap tingkat ketergantungan media sosial pada mahasiswa Universitas Sriwijaya

8. Menganalisis hubungan tingkat kesepian yang tinggi terhadap tingkat ketergantungan media sosial pada mahasiswa Universitas Sriwijaya
9. Menganalisis variabel manakah yang paling berpengaruh terhadap tingkat ketergantungan media sosial pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah studi kepustakaan baru yang bisa melengkapi studi kepustakaan sebelumnya dalam bidang Ilmu Kesehatan Masyarakat khususnya mengenai “Hubungan Kecemasan Sosial Terhadap Tingkat Ketergantungan Media Sosial Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya”, serta diharapkan dapat membantu mahasiswa lain untuk mengembangkan kembali penelitian ini.

1.4.2 Bagi Responden

Sebagai bahan masukan serta ilmu bagi para responden yakni para Mahasiswa Universitas Sriwijaya dalam hal “Hubungan Kecemasan Sosial Terhadap Tingkat Ketergantungan Media Sosial Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya”.

1.4.3 Bagi Mahasiswa

Dapat meningkatkan pengetahuan mengenai “Hubungan Kecemasan Sosial Terhadap Tingkat Ketergantungan Media Sosial Pada Mahasiswa Universitas Sriwijaya” dan sebagai sarana untuk mengaplikasikan teori ilmu kesehatan masyarakat.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Lingkup Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Universitas Sriwijaya.

1.5.2 Lingkup Waktu

Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret hingga Mei tahun 2022.

1.5.3 Lingkup Materi

Penelitian ini termasuk ke dalam lingkup Ilmu Kesehatan Masyarakat mengenai hubungan kecemasan sosial dan tingkat ketergantungan media sosial pada mahasiswa

DAFTAR PUSTAKA

- APJII, 2015. *Profil pengguna internet Indonesia*.
- APJII, 2020. *Laporan Survei Internet APJII 2019 – 2020*. [online] Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, Available at: <<https://apjii.or.id/survei>>.
- Arifiati, R.F. and Wahyuni, E.S., 2019. Peningkatan Sense of Humor untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia. *Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 1(2), pp.139–169.
- Arikunto, 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*.
- Azka, F., 2018. Pengaruh kecemasan sosial terhadap ketergantungan pada media sosial di kalangan Mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung. [online] p.2018. Available at: <<http://digilib.uinsgd.ac.id/id/eprint/11523>>.
- Besral, 2012a. *Regresi Logistik Multivariat Analisis Data Riset Kesehatan. Kesehatan*. Depok: Departemen Biostatistik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Besral, 2012b. *Regresi Logistik Multivariat Analisis Data Riset Kesehatan*. Depok: Departemen Biostatistik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Cahyono, A.S., 2016. Pengaruh Media Sosial Terhadap Perubahan Sosial Masyarakat di Indonesia. pp.140–157.
- Cassady, J.C. and Johnson, R.E., 2012. Cognitive Test Anxiety and Academic Performance. *Educational Psychology*, pp.270–295.
- Cederlund, R. and Öst, L.G., 2013. Psychometric properties of the Social Phobia and Anxiety Inventory-Child version in a Swedish clinical sample. *Journal of Anxiety Disorders*, [online] 27(5), pp.503–511. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.06.004>.
- Center, pew research, 2021. *Social Media Use in 2021*. [online] Pew Research Center [Internet & American Life Project]. Available at: <<https://www.pewresearch.org/internet/2021/04/07/social-media-use-in-2021/>> [Accessed 21 January 2022].
- Center, P.R., 2018. *A Majority of Teens Have Experienced Some Form of Cyberbullying | Pew Research Center*. [online] Pew Research Center [Internet & American Life Project]. Available at: <<https://www.pewresearch.org/internet/2018/09/27/a-majority-of-teens-have-experienced-some-form-of-cyberbullying/>> [Accessed 21 January 2022].
- Cho, E., Lee, H., Choi, M., Park, S.H., Yoo, I.Y. and Aiken, L.H., 2013. Factors associated with needlestick and sharp injuries among hospital nurses: A cross-sectional questionnaire survey. *International Journal of Nursing*

- Studies*, [online] 50(8), pp.1025–1032.
<https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2012.07.009>.
- DataReportal, 2021. *DIGITAL 2021: INDONESIA*. [online] Available at: <<https://datareportal.com/reports/digital-2021-indonesia>>.
- Davis, R.A., 2001. Cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 17(2), pp.187–195.
[https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8).
- Davison, G. C., Neale, J.M. and Kring, A.N., 2014. *Psikologi Abnormal Edisi ke-9*.
- Fidhzalidar, M.G., 2015. Tingkat Kecemasan Sosial pada Anak yang Mengalami Cacat Fisik di YPAC. *2015 Psychology Forum UMM*, pp.978–979.
- Furmark, T., 2000. *Social Phobia. From epidemiology to brain function*.
- Griffiths, M.D. and Kuss, D., 2017. Adolescent social media addiction (revisited). [online] 35. Available at: <https://www.researchgate.net/publication/320146297_Adolescent_social_media_addiction_revisited>.
- Hartaji, R., 2012. Motivasi Berprestasi Pada Mahasiswa Yang Berkuliah Dengan Jurusan Pilihan Orang Tua.
- Hasibuan, E.P.N., 2013. Gambaran Kecemasan Sosial Berdasarkan Liebowitz Social Anxiety Scale (LSAS) pada Remaja Akhir di Bandung. pp.1–11.
- Hilal Bashir and Shabir Ahmad Bhat, 2017. Effects of Social Media on Mental Health: A Review. *International Journal of Indian Psychology*, 4(3).
<https://doi.org/10.25215/0403.134>.
- Hofmann, S.G. and Dibartolo, P.M., 2010. *Social anxiety: clinical, development, and social perspectives (2 ed.)*.
- Hootsuite We Are Social, 2021. *Social Media Users Pass the 4.5 Billion Mark*. [online] Available at: <<https://wearesocial.com/uk/blog/2021/10/social-media-users-pass-the-4-5-billion-mark>> [Accessed 21 January 2022].
- Hulukati, W. and Djibran, M.R., 2018. 1787-Article Text-7586-1-10-20180522. *Bikotetik*, 02(3), pp.73–80.
- Inderbitzen-Nolan, H.M. and Walters, K.S., 2000. Social Anxiety Scale for Adolescents: Normative Data and Further Evidence of Construct Validity. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 29(3), pp.360–371.
https://doi.org/10.1207/S15374424JCCP2903_7.
- Jalonen, H., 2014. Social media and emotions in organisational knowledge creation. *2014 Federated Conference on Computer Science and Information Systems, FedCSIS 2014*, 2, pp.1371–1379.
<https://doi.org/10.15439/2014F39>.

- Jarnawi, J., 2020. Mengelola Cemas Di Tengah Pandemi Corona. *At-Taujih : Bimbingan dan Konseling Islam*, 3(1), p.60. <https://doi.org/10.22373/taujih.v3i1.7216>.
- Kaplan, A. and Haenlein, M., 2010. *User Of The World, Unite! The Challenges and Opportunities Of Social Media*. Business Horizon.
- KBBI, 2021. *Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI)*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021. *Kemendes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia*.
- Kong, F., Lan, N., Sun, X. and Zhang, Y., 2021. How does social anxiety affect Mobile phone dependence in adolescents? The mediating role of self-concept clarity and self-esteem. *Current Psychology*. [online] Available at: <<https://scihub.se/10.1007/s12144-020-01262-6>>.
- Kristanto, A., 2018. *Perancangan Sistem Informasi dan Aplikasinya / Edisi Revisi*.
- Kuss, D.J. and Griffiths, M.D., 2011. Online Social Networking and Addiction— A Review of the Psychological Literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. [online] Available at: <<https://sci-hub.se/10.3390/ijerph8093528>>.
- Lastary, L.D. and Rahayu, A., 2018. Hubungan dukungan sosial dan. *Ikrath-Humaniora*, 2(2), pp.17–23.
- Misnani, J., 2016. Hubungan Perilaku Asertif dan Kesepian dengan Kecemasan Sosial Korban Bullying Pada Siswa. *Psikoborneo*, [online] 4(4), pp.516–521. Available at: <<https://media.neliti.com/media/publications/129183-ID-perilaku-asertif-dan-kecenderungan-kenak.pdf>>.
- Montag, C. and Reuter, M., 2015. Molecular genetics, personality and internet addiction. In C. Montag M. Reuter (Eds.), *Internet addiction, studies in neuroscience, psychology and behavioral economics*. London: Springer International Publishing, (93-109pp), p.2015.
- Mutahari, H., 2016. Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kalasan. *Journal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, [online] 5(3), pp.13–23. Available at: <<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/995/892>>.
- Muyasaroh, H., Baharudin, Y.H., Fadjarin, N.N., Pradana, T.A. and Ridwan, M., 2020. Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19. *LP2M UNUGHA Cilacap*, [online] p.3. Available at: <<http://repository.unugha.ac.id/id/eprint/858>>.
- Nasrullah, R., 2016. *Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sioteknologi*.
- Notoatmodjo, 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*.

- Notoatmodjo, 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan. Cetakan Ketiga*.
- Potter, W.J., 2019. *Media Literacy, 9th Edition*.
- Purbohastuti, A.W., 2017. Efektivitas Media Sosial sebagai Media Promosi. *Ekonomika*, 12(2), pp.212–231.
- Putri, M.A., 2020. KESEPIAN DAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA. *Skripsi*. [online] Available at: <<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/en/mdl-20203177951%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41562-020-0887-9%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41562-020-0884-z%0Ahttps://doi.org/10.1080/13669877.2020.1758193%0Ahttp://sersc.org/journals/index.php/IJAST/article>>.
- Ratri, H.D., 2018. Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Harga Diri Remaja di SMA Negeri 2 Jember. *Skripsi*, [online] pp.1–139. Available at: <<http://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/89035/HanditaDianiRatri%28142310101073%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>.
- RI, D.K., 2009. *Pedoman Pelaksanaan Program Rumah Sakit Sayang Ibu dan Bayi (RSSIB)*. Jakarta: Depkes RI.
- Robbins, Stephen P., and Judge, T.A., 2013. *Organizational Behavior*.
- Sabri, Luknis dan Hastono, S.P., 2014. *Statistik Kesehatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Perkasa.
- Salma, N., 2019. Hubungan antara Kelekatan Orangtua dan Kecemasan Sosial Pada Remaja. (April), pp.1–17.
- Sari, I., 2020. Analisis Dampak Pandemi Covid- 19 Terhadap Kecemasan Masyarakat : Literature Review. *Bina Generasi : Jurnal Kesehatan*, 12(1), pp.69–76. <https://doi.org/10.35907/bgjk.v12i1.161>.
- Soecipto, S. and Holik, A., 2018. Pemanfaatan Media Sosial Bagi Ibu Ibu Rumah Tangga dan Pemuda di Desa Arjasari Kecamatan Arjasari Kabupaten Bandung. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(1), p.52. <https://doi.org/10.30999/jpkm.v8i1.214>.
- Soliha, S.F., 2015. Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial. *INTERAKSI: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(1), pp.1–10. <https://doi.org/10.14710/interaksi.4.1.1-10>.
- Suardana, P.C.P. and Simarmata, N., 2013. Hubungan Motivasi Belajar dan Kecemasan Menjelang Ujian. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), pp.203–212.
- Sudiyatmoko, 2015. *Panduan optimalisasi media sosial untuk kementerian perdagangan RI*.
- Sugiyono, 1997. *Metodologi Penelitian Bisnis*.

- Sugiyono, 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Suwanto, M., 2015. Implementasi Metode Bayesian dalam Menentukan Kecemasan pada HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). *Acta Universitatis Agriculturae et Silviculturae Mendelianae Brunensis*, pp.1–17.
- Swasti, I.K. and Martani, W., 2013. Menurunkan Kecemasan Sosial melalui Pemaknaan Kisah Hidup. *Menurunkan Kecemasan Sosial melalui Pemaknaan Kisah Hidup*, 40(1), pp.39–58. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7065>.
- Syamsuudin, W., Bidjuni, H. and Wowiling, F., 2015. Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Remaja Di Sma Negeri 9 Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(1), p.113617.
- Tubb, S.L dan Sylvia, M., 1983. *Human Communication Fourth Edition*.
- Utami, A.T., 2020. Pengambilan Risiko pada Mahasiswa Bekerja. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 25(1), pp.111–132. <https://doi.org/10.20885/psikologika.vol25.iss1.art9>.
- Valkenburg, P.M. and Peter, J., 2007. Preadolescents' and adolescents' online communication and their closeness to friends. *Developmental Psychology*, 43(2), pp.267–277. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.43.2.267>.
- Vernia, D.M., 2017. Optimalisasi Media Sosial Sebagai Sarana Promosi Bisnis Online Bagi Ibu Rumah Tangga Untuk. *Jurnal ISBN 978-602-50181-0-7*, [online] 1(2), pp.105–118. Available at: <<http://journal.stkipnurulhuda.ac.id/index.php/utility/article/view/71>>.
- Vriends, N., Pfaltz, M.C., Novianti, P. and Hadiyono, J., 2013. Taijin Kyofusho and Social Anxiety and Their Clinical Relevance in Indonesia and Switzerland. *Frontiers in Psychology*, 4(February). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2013.00003>.
- Wahyudi, I., Bahri, S. and Handayani, P., 2019. Aplikasi Pembelajaran Pengenalan Budaya Indonesia. V(1), pp.135–138. <https://doi.org/10.31294/jtk.v4i2>.
- Wang, C., Lee, M.K.O. and Hua, Z., 2015. A Theory of Social Media Dependence: Evidence from Microblog Users. *Decision Support Systems*. [online] Available at: <[https://www.scoutsecuador.org/site/sites/default/files/%5Bbiblioteca%5D/5.1 Conservacion de alimentos y Recetas sencillas.pdf%0Ahttp://publications.lib.chalmers.se/records/fulltext/245180/245180.pdf%0Ahttps://hdl.handle.net/20.500.12380/245180%0Ahttp://dx](https://www.scoutsecuador.org/site/sites/default/files/%5Bbiblioteca%5D/5.1%20Conservacion%20de%20alimentos%20y%20Recetas%20sencillas.pdf%0Ahttp://publications.lib.chalmers.se/records/fulltext/245180/245180.pdf%0Ahttps://hdl.handle.net/20.500.12380/245180%0Ahttp://dx)>.
- Widiastuti, 2015. *Tes dan Pengukuran Olahraga*.

Young, K., dan Nabuco de Abreu, C., 2011. Young, K., dan Nabuco de Abreu, C. (eds) 2011, *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*, John Wiley dan Sons, Inc., New Jersey. p.2011.

Young, K.S., 1998. Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. 52(44), pp.13837–13866.

Yusuf, S., 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosda Karya.