



**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN
TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA KEDOKTERAN
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH PADANG ANGKATAN 2021**

*The Relationship of The Intensity of Social Media Use with The Level of
Anxiety Among Medical Students of Baiturrahmah Padang University Class
2021*

Aulia Nopriyanti*¹, Ade Yuli Amellia², Laura Zeffira³

***^{1,2,3}Universitas Baiturrahmah**

Email: nopriyantiaulia@gmail.com

Abstract

Social media is a form of advancement from technology that is widely used by people around the world including Indonesia which is used as a means of long-distance communication between one individual and another, Students are the group most vulnerable to anxiety. Excessive use of social media and pressure from the inside and outside will cause a bad impact on the body. Objective of this research to find out the relationship between the intensity of social media use and anxiety levels in Baiturrahmah University Medical students class of 2021. The scope of this research is mental medicine (psychiatry). The study was conducted in February - November 2022. This type of research is analytics. The affordable population in the study was 44 samples of Baiturrahmah University Medicine students with simple random sampling techniques. Univariate data analysis is presented in the form of a frequency distribution and bivariate analysis using the Spearman rho test, data processing using the SPSS computer program version IBM 25.0. The most age is 19 years old, namely 30 people (68.2%), the most gender is women, namely 32 people (72.7%), the most used social media accounts are WhatsApp, namely 22 people (50.0%), the intensity of social media use is normal, namely 24 people (54.5%), the most anxiety level is mild, namely 24 people (54.5%), and there is an association between the. The most age is 19 years old, the most gender is female, the most used social media account is WhatsApp, the most social media usage intensity is normal, the most anxiety level is mild, and there is a relationship between the intensity of social media use and anxiety levels in Baiturrahmah University Medical students class 2021.

Keywords: *Social media, intensity of use, level of anxiety*

Abstrak

Media sosial merupakan bentuk kemajuan dari teknologi yang banyak digunakan oleh masyarakat seluruh dunia termasuk Indonesia yang digunakan sebagai sarana komunikasi jarak jauh antar satu individu dengan individu yang lainnya, Mahasiswa merupakan kelompok yang paling rentan mengalami kecemasan. Penggunaan media sosial yang berlebih dan tekanan dari dalam dan luar akan menyebabkan timbulnya dampak yang buruk pada tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah angkatan 2021. Ruang lingkup penelitian ini adalah ilmu kedokteran jiwa (psikiatri). Penelitian dilakukan pada bulan Februari - November 2022. Jenis penelitian adalah analitik. Populasi terjangkau pada penelitian adalah mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah sebanyak 44 sampel dengan teknik simple random sampling. Analisa data univariat disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan analisis

bivariat menggunakan uji spearman rho, pengolahan data menggunakan komputerisasi program SPSS versi IBM 25.0. Usia terbanyak adalah 19 tahun yaitu 30 orang (68,2%), jenis kelamin terbanyak adalah perempuan yaitu 32 orang (72,7%), akun media sosial yang paling sering digunakan terbanyak adalah WhatsApp yaitu 22 orang (50,0%), intensitas penggunaan media sosial terbanyak adalah normal yaitu 24 orang (54,5%), tingkat kecemasan terbanyak adalah ringan yaitu 24 orang (54,5%), dan ada hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah angkatan 2021 ($p=0,000$). Usia terbanyak adalah 19 tahun, jenis kelamin terbanyak adalah perempuan, akun media sosial yang paling sering digunakan terbanyak adalah WhatsApp, intensitas penggunaan media sosial terbanyak adalah normal, tingkat kecemasan terbanyak adalah ringan, dan ada hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah angkatan 2021.

Kata Kunci: media sosial, intensitas penggunaan, tingkat kecemasan

PENDAHULUAN

Media sosial merupakan bentuk kemajuan dari teknologi yang banyak digunakan oleh masyarakat seluruh dunia termasuk Indonesia yang digunakan sebagai sarana komunikasi jarak jauh antar satu individu dengan individu yang lainnya.¹ Indonesia berada di peringkat ke-5 sebagai negara dengan pengguna internet terbanyak di dunia berdasarkan survei yang dilakukan oleh *networld star* 2017. Didapatkan jumlah pengguna internet di Indonesia yakni 132 juta jiwa atau 50,4% dari seluruh total penduduk di Indonesia.² pengguna media sosial paling banyak yakni berada pada usia 18 – 24 tahun atau yang dikenal dengan generasi z.³

Dampak yang dapat timbul jika menggunakan media sosial yang berlebihan bagi fisik yakni dapat menurunkan hubungan *interpersonal* antar satu individu dengan individu lainnya, menurunkan aktivitas fisik dan berkurangnya kinerja. sedangkan dampak yang dapat timbul bagi psikis juga menggunakan media sosial secara berlebihan yakni dapat menimbulkan stres, depresi, kecemasan bahkan dapat menimbulkan keinginan untuk bunuh diri.⁴

Kecemasan dapat diartikan sebagai rasa khawatir yang akan menimbulkan perilaku gelisah, gemetar, berkeringat, peningkatan detak jantung, tegang, bahkan dapat menyebabkan kesulitan berkonsentrasi.⁵ Masa remaja merupakan masa peralihan dari fase anak menuju remaja, pada fase ini akan terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang pesat untuk fisik dan mental.⁶ Mahasiswa merupakan kelompok yang paling rentan mengalami kecemasan. mahasiswa berada pada usia remaja akhir menuju dewasa awal dan masih mencari jati diri dan membentuk identitas diri yang disertai dengan karakter diri kurang stabil dan cenderung mengalami kecemasan pada masa transisi tersebut.⁷

Penggunaan media sosial yang berlebihan dan tekanan dari dalam dan luar akan menyebabkan timbulnya dampak yang buruk pada tubuh.⁸

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan desain *cross sectional*. Sampel sebanyak 44 orang yang dipilih secara *simple random sampling* pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas baiturrahmah padang angkatan 2021.

Sampel yang memenuhi kriteria inklusi merupakan mahasiswa fakultas kedokteran universitas baiturrahmah yang masih aktif berkuliah, telah

menyelesaikan perkuliahan hingga semester 2, menggunakan *handphone* dan media sosial serta bersedia menjadi responden. Data primer dalam penelitian ini merupakan data yang diambil langsung dari lapangan oleh peneliti. Penelitian ini dilaksanakan bulan Februari sampai November 2022 dan telah lolos uji kaji etik Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah.

Peneliti mengumpulkan data dengan menggunakan dua kuesioner diantaranya kuesioner *Social Networking Time Use Scale* (SONTUS) untuk mengukur keseringan mengakses situs jejaring sosial selama satu minggu terakhir. kuesioner ini diisi sendiri oleh responden sesuai dengan hal yang dilakukan ketika menggunakan media sosial selama satu minggu terakhir dan kuesioner kecemasan *hamilton rating scale for anxiety* (HARS) untuk mengukur dan mengetahui tingkat kecemasan. Kuesioner ini diisi dengan melakukan wawancara secara langsung pada responden oleh peneliti yang digunakan untuk menilai tingkat kecemasan yang akan diukur berdasarkan gejala yang ditimbulkan dan jawaban responden.

Kuesioner *Social Networking Time Use Scale* (SONTUS) yang berisikan sebanyak 29 pertanyaan dengan indikator penilaian 5-9 intensitas rendah, 10-14 intensitas normal, 15- 19 intensitas tinggi, > 19 intensitas sangat tinggi. Pelaksanaan wawancara dengan menggunakan kuesioner *Hamilton Rating Scale For Anxiety* (HARS) dengan penilaian 0 tidak ada gejala, 1 gejala ringan (satu atau kurang dari separuh gejala yang ada), 2 gejala sedang (separuh dari gejala yang ada), 3 : gejala berat (lebih dari separuh gejala yang ada), 4 gejala berat sekali (semua gejala yang ada), dengan skoring yaitu skor kurang dari 14 tidak ada kecemasan, 14-20 kecemasan ringan, 21-27 kecemasan sedang, 28-41 kecemasan berat, 42-56 kecemasan berat sekali. Analisis statis menggunakan uji spearman rho untuk menentukan hubungan antar variabel dengan $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dari 44 responden, usia terbanyak adalah 19 tahun yaitu 30 orang (68,2%), jenis kelamin terbanyak adalah perempuan yaitu 32 orang (72,7%). Akun media sosial yang paling sering digunakan oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah angkatan 2021 dapat disimpulkan bahwa dari 44 responden, akun media sosial yang paling sering digunakan terbanyak adalah *WhatsApp* yaitu 22 orang (50,0%). Hasil tertinggi yang didapatkan dari 44 responden dengan intensitas penggunaan media sosial normal yaitu 24 orang (54,5%) dengan tingkat kecemasan terbanyak adalah ringan yaitu 19 orang (43,2%). Hasil uji statistik menggunakan uji *spearman rho* didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan ($r = 0,606$) yang artinya ada hubungan kuat dan positif intensitas penggunaan media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah angkatan 2021. Menurut analisa peneliti terhadap penelitian ini adalah terlihat bahwa media sosial akan mempengaruhi terhadap kecemasan mahasiswa. Dimana semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial maka akan dapat meningkatkan tingkat kecemasan yang semakin pada mahasiswa.

KESIMPULAN

Usia terbanyak adalah 19 tahun, yaitu: 30 orang, jenis kelamin terbanyak adalah perempuan yaitu 32 orang akun media sosial yang paling sering digunakan

terbanyak adalah WhatsApp yaitu 22 orang, intensitas penggunaan media sosial terbanyak adalah normal yaitu 24 orang, tingkat kecemasan terbanyak adalah ringan yaitu 24 orang, ada hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah angkatan 2021. Disarankan kepada mahasiswa untuk mengontrol intensitas penggunaan media sosial sehingga tidak berefek dalam aktifitas kuliah dan aktifitas sosial mahasiswa. Kepada peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang pengaruh media sosial terhadap prestasi belajar mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

1. Azka F, Firdaus DF, Kurniadewi E. 2018. Kecemasan Sosial dan Ketergantungan Media Sosial pada Mahasiswa. *Psychathic J Ilm Psikol*, 5 (2): 201-210.
2. Maysitoh, Ifdil AZ. 2020. Tingkat kecenderungan FoMO (Fear of Missing Out) pada generasi millennial. *J Couns Educ Soc*, 1 (1): 1-4.
3. Silmi ZK, Rachmawati WR, Sugiarto A, Hastuti TP. 2020. Correlation of Intensity of Use of Social Media with The Level of Social 1. Silmi ZK, Rachmawati WR, Sugiarto A, Hastuti TP. Correlation of Intensity of Use of Social Media with The Level of Social Anxiety in Adolescents. *Midwifery Nurs Res*, 2 (2): 60-64.
4. Budury, S., & Fitriasari A. 2019. Penggunaan Media Sosial Terhadap Kejadian Depresi, Kecemasan Dan Stres Pada Mahasiswa. *Bali Med J*, 6 (2): 205-208.
5. Soliha SF. 2015. Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial. *Interak J Ilmu Komun*, 4 (1): 1-10.
6. Lutfianawati D, Puji Lestari SM, Istiana S. 2019. Hubungan Kesiapan Belajar Mandiri Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati Tahun 2017. *J Ilmu Kedokt Dan Kesehat*, 5 (4): 232-244.
7. Diananda A. 2019. Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Jurnal Istighna*. 1(1): 116-133.
8. Setiyani RY. 2018. Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Baru Di Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Non Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. *J Psikol Integr* 6 (1): 16.
9. Lape ARP, Manafe DT, Sasputra IN. 2021. Hubungan Ketergantungan Smartphone Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran. *Cendana Med J*. 9 (2): 185-189.

