

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2018, pemakai internet di Indonesia sebanyak 171,17 Juta Jiwa dari total populasi 246,16 Juta orang dengan pengguna internet pulau Jawa menempati posisi pertama yaitu 55,7% dan provinsi Jawa Barat menempati posisi pertama di pulau Jawa dengan kontribusi 16,7%, sedangkan data penetrasi / persentase pengguna internet 2018 berdasarkan umur ditempati posisi pertama pada kategori usia 15-19 tahun dengan penetrasi sesuai kategori yaitu 91% artinya hanya 9% usia 15 – 19 tahun yang tidak memakai internet di Indonesia (APJII, 2018). Berdasarkan penelitian yang diadakan APJII tahun 2017 pada remaja SMA, didapat kota Bandung menduduki posisi ke-2 pengguna Media sosial terbanyak di Indonesia dengan persentase 33,4% dan menduduki posisi nomor satu di Jawa Barat (APJII, 2017).

Studi berjudul "*Digital Citizenship Safety among Children and Adolescents in Indonesia*" (Keamanan Penggunaan Media Digital pada Anak dan Remaja di Indonesia) tahun 2014 menemukan bahwa 98 persen dari anak-anak dan remaja yang disurvei tahu tentang internet dan bahwa

79,5 persen diantaranya adalah pengguna internet dengan media sosial sebagai tujuan utama penggunaan internet dan telah menjadi bagian yang menyatu dalam kehidupan sehari-hari anak muda Indonesia (kominform, 2014) dan penggunaan perangkat / *gadget* yang dipakai untuk mengakses internet adalah 59,31% *smartphone* / *tablet*, 0,65% laptop, 38,31% keduanya, dan lainnya 1,73% (APJII, 2017).

Kepemilikan media sosial tidak terbatas pada kaum menengah ke atas yang memiliki akses internet dan perangkat yang mendukung, tidak pula terbatas umur, jenis kelamin, dan suku. Sebagian besar orang yang berada di era digital memiliki 3 setidaknya satu atau dua media sosial (Primack, 2017).

Bukti empiris menunjukkan pemanfaatan media sosial diatas efektif dalam melakukan upaya promosi kesehatan dengan tujuan meningkatkan pemahaman dan memberi dukungan kepada masyarakat untuk berperilaku sehat, namun tidak dapat dipungkiri, dibalik kesuksesan media tersebut terdapat beberapa kelemahan. Pertukaran informasi perlu dimonitor, dievaluasi dan ditinjau ulang untuk kualitas dan keandalan dari informasi. Evaluasi yang kuat dan komprehensif, menggunakan berbagai metodologi dibutuhkan untuk menetapkan apakah media sosial tersebut meningkatkan praktik promosi kesehatan baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Mengukur dampak media, biaya media sosial, manfaat dan efektifitas sebagai alat promosi kesehatan (Leonita, E & Jalinus, N, 2018).

Salah satu kekurangannya adalah kurang maksimalnya kemampuan profesional kesehatan dalam mengelola dan memberikan informasi kesehatan berbasis penggunaan media sosial dan efeknya pada remaja (Goodyear VA, et al 2018). Penggunaan internet seperti media sosial secara berlebihan dapat mengakibatkan efek samping yang cukup besar pada kehidupan remaja, seperti kecemasan, penurunan fisik dan kesehatan mental, hubungan interpersonal, penurunan kinerja, dan depresi (Yen, Chou, Liu, dkk, 2014).

Primack (2017) juga meneliti mengenai kemungkinan adanya pengaruh antara penggunaan jumlah media sosial yang dimiliki dengan depresi dan kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan jumlah media sosial yang semakin banyak lebih mudah terkena depresi dan kecemasan pada remaja. Analisis dari data penelitian menunjukkan bahwa orang yang menggunakan 7 - 11 *platform* media sosial memiliki resiko tiga kali lebih besar terkena depresi dan kecemasan dibanding orang yang hanya menggunakan 2 *platform* media sosial atau tidak menggunakan media sosial sama sekali (Primack, 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sherlyanita dan Rakhmawati (2016), menunjukkan bahwa pengguna media sosial mengakses media sosial setiap harinya dengan durasi selama kurang lebih satu jam setiap harinya. Konten yang diposting oleh pengguna media sosial merupakan konten yang sudah terfabrikasi atau dibuat sedemikian rupa agar terlihat menarik namun sebenarnya tidak menggambarkan

kehidupan nyata atau *real life* penggunanya (Smith, 2010). Ketika pengguna media sosial tersebut memposting sisi hidup nya yang penuh kemewahan dan kebahagiaan, tidak jarang kenyataannya dalam hidup merasa sebaliknya (Sherlyanita & Rakhmawati, 2016).

Dampak negatifnya adalah tidak semua pengguna media sosial merupakan pengguna yang sopan dalam bertutur kata atau berbagi konten dan dapat mengganggu kehidupan serta komunikasi pengguna media sosial dengan keluarganya. Kramer,Guillory, dan Hancock (2014) menyatakan bahwa penularan emosi dapat terjadi tanpa melalui interaksi secara langsung dan tanpa informasi non-verbal.

Kramer dkk (2014) memperoleh 4 hasil yang menunjukkan bahwa ketika pengguna media sosial banyak melihat konten media sosial yang negatif maka akan memiliki kemungkinan yang lebih besar akan memposting konten yang bersifat negatif pula. Media sosial selain dapat menjadi sarana penularan emosi juga dapat mempengaruhi suasana hati penggunanya. Turkle (2011) mengemukakan bahwa seberapa lama seseorang menghabiskan waktu di media sosial akan terjadi proses perbandingan sosial yang bisa mengakibatkan efek depresif akibat munculnya reaksi "*alone together*".

Fakta yang diungkap melalui penelitian berjudul *Social Media Use and Adolescent Mental Health: Findings From the UK Millennium Cohort Study* terdapat hubungan antara penggunaan media sosial dan

gejala depresi pada anak berusia 14 tahun, dan hubungan itu mungkin jauh lebih kuat untuk anak perempuan daripada anak laki-laki. Menurut penelitian yang diterbitkan dalam jurnal *EClinical Medicine* itu mencatat bahwa perempuan yang menggunakan media sosial 50 persen lebih berisiko terkena depresi daripada laki-laki yang hanya 35 persen. Penelitian ini membandingkan anak-anak yang menggunakan media sosial 1 sampai 3 jam per hari. Penelitian ini juga menemukan bahwa penggunaan media sosial juga mempengaruhi peningkatan pelecehan online, kurang tidur, dan body shaming, yang selanjutnya akan meningkatkan gejala depresi yang lebih tinggi. Laporan itu menjelaskan bahwa data pada 10.904 anak berusia 14 tahun yang lahir antara tahun 2000 dan 2002 di Inggris yang berjenis kelamin perempuan rata-rata memiliki skor gejala depresi yang tinggi. Sebanyak 43,1% anak perempuan mengatakan mereka menggunakan media sosial selama tiga jam atau lebih per hari, dibandingkan dengan anak laki-laki yang hanya 21,9%. Ketika meneliti perbedaan antara anak perempuan dan anak laki-laki yang menghabiskan jumlah waktu yang sama di media sosial, para peneliti menemukan bahwa untuk remaja yang menggunakan media sosial selama tiga hingga lima jam, 26% anak perempuan dan 21% anak laki-laki memiliki skor gejala depresi lebih tinggi daripada mereka yang menggunakan media sosial hanya sekitar satu hingga tiga jam per hari. Ditemukan empat faktor yang menjelaskan hubungan penggunaan media sosial dan gejala depresi. Empat faktor itu antara lain kebiasaan tidur,

pelecehan di dunia maya, citra tubuh atau penerimaan dengan penampilan mereka sendiri dan harga diri. Semua hal ini saling terkait dengan risiko peningkatan depresi (Kelly, Y., et al, 2019).

Pernyataan ini dipertegas oleh Nasir dan Muhith (2011) yang juga mendefinisikan depresi sebagai keadaan emosional yang ditandai kesedihan yang sangat, perasaan bersalah dan tidak berharga, menarik diri dari orang lain, kehilangan minat untuk tidur dan melakukan hubungan seksual dengan pasangannya, serta kehilangan minat untuk melakukan hal-hal menyenangkan lainnya (Nasir&Muhith, 2011). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 , kasus gangguan mental emosional yang dialami kelompok umur ≥ 15 tahun, Indonesia mengalami peningkatan dari 6% menjadi 9,8% dan provinsi Jawa barat berada di peringkat 10 besar untuk provinsi dengan prevalensi $>10\%$ - $<15\%$ (RISKESDAS, 2018).

Berdasarkan laporan yang diterima peneliti dari guru BK SMAN 9 Bandung, telah ditemukan kasus anak-anak yang aktif dalam media sosial tapi tidak bersosialisasi dengan teman-temannya. Berdasarkan penemuan kasus tersebut didukung dengan latar belakang penggunaan media sosial yang tinggi pada anak muda dan hubungannya dengan gejala depresi di kota Bandung khususnya dengan adanya temuan kasus di SMAN 9 Kota Bandung sehingga penelitian ini sangat dibutuhkan, maka peneliti tertarik untuk mengambil data di SMAN 9 Kota Bandung.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang prevalensi penggunaan media sosial cukup tinggi dan hubungannya dengan depresi, peneliti tertarik untuk mempelajari, “Apakah ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan depresi kelompok remaja di SMAN 9 Kota Bandung”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui adanya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial terhadap gejala depresi pada kelompok remaja di SMAN 9 Kota Bandung

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui intensitas penggunaan media sosial pada kelompok remaja di SMAN 9 Kota Bandung.
- 2) Mengetahui proporsi skor gejala depresi pada kelompok remaja di SMAN 9 Kota Bandung.
- 3) Mengetahui adanya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial terhadap gejala depresi pada kelompok remaja SMAN 9 Kota Bandung.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat melihat seberapa keeratan antara intensitas penggunaan media sosial dan gejala depresi pada remaja sehingga dapat menambah pengetahuan sebagai pengembangan ilmu kesehatan masyarakat di lingkungan masyarakat terutama remaja.

1.4.2. Manfaat Praktis

1) Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi masukan yang bermanfaat dalam upaya menjaga kesehatan mental dan mencegah depresi melalui pengendalian intensitas penggunaan media sosial agar tetap sehat.

2) Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan untuk mengadakan penyuluhan mengenai intensitas penggunaan media sosial dan depresi di lingkungan institusi.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi literatur dan sumber informasi untuk bisa lebih berinovasi untuk penelitian berikutnya.