

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Ilmu pengetahuan, teknologi, dan informasi pada saat ini berkembang semakin pesat, dan masyarakat tidak bisa dipisahkan dengan penggunaan internet. Perkembangan internet ber-banding lurus dengan perkembangan media sosial yang merambat luas dan membawa dampak yang cukup signifikan pada masyarakat di seluruh belahan dunia (Syamsoedin et al., 2017).

Pengguna media sosial mulai dari usia anak-anak, remaja, hingga usia dewasa. Media Sosial sebagai kumpulan perangkat lunak yang memungkinkan individu maupun komunitas untuk berkumpul, berbagi, berkomunikasi, dan saling berkolaborasi atau bermain (Nasrullah, 2017).

Media sosial sangat beragam seperti whatsapp, instagram, facebook, line, twitter, dan lain sebagainya. Media sosial biasa digunakan sebagai tempat curhat dan mencari teman baru. Aktivitas daring yang dilakukan oleh masyarakat terbilang masif dan intensif, pola penyebaran informasi di tingkat perguruan tinggi juga mengalami per-geseran. Mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktu untuk mengakses media sosial sehingga informasi yang diperoleh juga dari media sosial tersebut (Meilinda, 2018).

Remaja merupakan seseorang yang sedang menempuh pendidikan pada suatu sekolah menengah pertama. Usia remaja sebagian besar berada pada rentang 13-16 tahun, dimana usia tersebut termasuk dalam usia remaja awal (young adulthood) (Willis, 2017). Remaja dengan usia Remaja awal bukan merupakan pengecualian dalam pemanfaatan teknologi internet dan media

sosial. Remaja menggunakan internet dan media sosial sebagai alat untuk mengakses informasi dan berkomunikasi (Meilinda, 2018).

Kementerian komunikasi dan Informatika (Kemkominfo) pada tahun 2017 menyebutkan bahwa di Indonesia jumlah pengguna media sosial mencapai lebih dari 82 juta orang dan hal ini menjadikan Indonesia menduduki peringkat ke-8 terbesar di dunia sebagai pengguna media sosial. Pengguna media sosial facebook di Indonesia menduduki peringkat keempat setelah Amerika Serikat, Brasil, dan India. Sedangkan untuk media sosial twitter, Indonesia menduduki peringkat kelima setelah Amerika Serikat, Brasil, India dan Jepang (Restuti and Susetyo, 2017). Berdasarkan hasil riset We Are Sosial Hootsuite yang dirilis pada Januari 2019 menyatakan bahwa pengguna media sosial di Indonesia mencapai 150 juta (56% dari total populasi). Hal ini terdapat kenaikan sebesar 20% dari hasil survei sebelumnya. Sedangkan untuk pengguna media sosial pada gadget sebanyak 130 juta (sekitar 48% dari populasi)(We Are Sosial, 2019).

Media sosial membawa dampak positif bagi remaja yaitu memudahkan untuk saling tukar menukar informasi dan mudah untuk mendapatkan literatur online. Disamping dampak positif, media sosial juga membawa dampak negatif, yaitu dapat menimbulkan kecanduan terhadap penggunaan media sosial sehingga hal ini dapat merubah cara berpikir serta perilaku seseorang (Drakel et al., 2018). Perubahan perilaku seseorang salah satunya adalah terganggunya pola tidur (Syamsoedin et al., 2017). Kondisi tersebut dicirikan dengan adanya gangguan dalam jumlah, kualitas, dan waktu tidur seseorang (Lumantow et al., 2017).

Tidur merupakan suatu proses yang sangat penting bagi manusia. Dalam tidur, terjadi suatu proses pemulihan dari kondisi tubuh yang mengalami kelelahan menjadi segar kembali atau kembali pada keadaan semula. Proses pemulihan yang terhambat dapat mengakibatkan tubuh tidak mampu bekerja secara maksimal, sehingga akan terjadi penurunan konsentrasi (Hidayat, 2017). Salah satu gangguan tidur yang sering terjadi yaitu insomnia. Insomnia yaitu ketidakmampuan atau kesulitan untuk tidur baik dari segi kuantitas maupun kualitas. Keluhan bagi penderita insom-nia ditandai dengan mengeluh sulit untuk tidur, merasa kurang lama tidur, tidur dengan bermimpi suatu hal yang menakutkan, dan adanya keluhan kesehatan terganggu. Penderita insomnia tidak dapat tidur pulas meskipun memiliki kesempatan tidur dalam waktu yang lama (Purwanto, 2017).

Di Indonesia sendiri berdasarkan studi yang dilakukan oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika yang bekerjasama dengan United Nations International Children's Emergency Fundation (UNICEF) pada tahun 2017 yang berjudul "*Digital Citizenship Safety among Children and Adolescents in Indonesia*" (Keamanan Penggunaan Media Digital pada Anak dan Remaja di Indonesia), hasil survei menemukan fakta, bahwa : Studi ini menemukan bahwa 98% dari remaja yang disurvei tahu tentang internet dan bahwa 79,5% diantaranya adalah pengguna internet, Pencarian informasi yang dilakukan sering didorong oleh tugas-tugas sekolah, sedangkan penggunaan media sosial dan konten hiburan didorong oleh kebutuhan pribadi. (Gatot S., 2014).

Untuk wilayah Jawa Barat sendiri, berdasarkan hasil survei antar provinsi yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa kalangan industri di Jawa Barat, secara keseluruhan mengetahui tentang internet, yang sebagian besar pengguna internet merupakan anak muda dengan usia rata-rata 12-25 tahun. (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2012). Dari pemaparan survei dan penelitian yang telah dilakukan, jelaslah bahwa media sosial telah memegang peranan penting dalam kehidupan, tidak terkecuali dalam kehidupan remaja masa kini.

Berdasarkan data awal yang diperoleh di Kantor Kepala Desa Pasirtalaga ditemukan bahwa penggunaan media sosial di kalangan remaja cukup menarik. Pengambilan data awal dilakukan pada 40 orang remaja. Fakta di lapangan membuktikan, setiap satu orang siswa minimal mempunyai lebih dari dua aplikasi media sosial di berbagai gadget yang dimiliki, mereka mengaku dapat menghabiskan waktu berjam-jam dan seringkali menggunakan fasilitas media sosial hingga larut malam. Kebiasaan menggunakan media sosial dapat memicu berbagai masalah, salah satunya masalah pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur yang memiliki berbagai dampak antara lain keterlambatan datang ke sekolah.

Menurut badan statistic 2020 Data remaja usia 15-19 Tahun 210.338 Juta Jiwa laki-laki dan perempuan, Daerah pasirtalaga Dibagi 24 Rt jumlah 900 jiwa laki-laki dan perempuan, terbanyak adalah RT 01 40 orang yang terdiri dari 20 orang perempuan dan 20 orang laki-laki, sebanyak 38 orang mengalami insomnia karna penggunaan media sosial.

Studi pendahuluan di Dusun Pasirtalaga pada tanggal 28 Maret 2022. Berdasarkan hasil wawancara kepada 10 orang remaja yang sedang berkumpul di warung kopi didapatkan bahwa 7 dari 10 orang mengatakan bahwa mereka memiliki kebiasaan pola tidur yang tidak teratur, kemudian 3 dari 10 orang mengatakan sering terlambat pergi ke sekolah karena sering begadang dan bermain game online serta menjelajahi internet di berbagai media sosial.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat dilihat bahwa masih banyak yang kurang memperhatikan pola hidup serta tidak peka terhadap kebiasaan kebiasaan mereka yang tidak baik bagi kesehatan. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Remaja di Dusun Pasirtalaga I RT 01”

## **1.2. Rumus Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana “Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Remaja di Dusun Pasirtalaga I RT 01?”

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **a. Tujuan Umum**

Mengidentifikasi hubungan durasi penggunaan media social dengan kejadian insomnia pada remaja di Dusun Pasirtalaga I RT 01.

### **b. Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi durasi penggunaan media sosial pada remaja di Dusun Pasirtalaga I RT 01

2. Mengidentifikasi kejadian insomnia pada remaja di Dusun Pasirtalaga I RT 01
3. Menganalisis hubungan durasi penggunaan media sosial dengan kejadian insomnia pada remaja di Dusun Pasirtalaga I RT 01

#### **1.4. Manfaat**

##### **a. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi ilmiah dalam pengembangan ilmu keperawatan komunitas khususnya dalam memberikan rekomendasi terhadap penggunaan media sosial, dan insomnia pada remaja.

##### **b. Manfaat Praktis**

1. Bagi Institusi Universitas Bhakti Kencana

Penelitian ini diharapkan agar menjadi bahan referensi atau bahan pembelajaran dan ilmu pengetahuan bagi institusi Pendidikan untuk penulisan karya tulis ilmiah.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman terkait hubungan antara ketidakaturan pola makan dengan kejadian dispepsia.

#### **1.5. Ruang Lingkup**

Penelitian ini dilakukan oleh mahasiswa Program Studi D-III Keperawatan, Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan durasi penggunaan media sosial dengan kejadian insomnia pada remaja di Dusun Pasirtalaga 1 RT.01. Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Mei-Sept 2022.