

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
TERHADAP GANGGUAN CEMAS PADA MAHASISWA
*INTERNATIONAL PROGRAMS OF INTERNATIONAL
RELATIONS* UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
YOGYAKARTA ANGKATAN 2014**



Disusun oleh

Bimo Bagaskoro

20130310121

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2016

**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
TERHADAP GANGGUAN CEMAS PADA MAHASISWA
INTERNATIONAL PROGRAMS OF INTERNATIONAL RELATIONS
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA ANGKATAN 2014**

Bimo Bagaskoro¹, Vista Nurasti Pradanita²

¹School of Medicine, Faculty of Medicine and Health Science
Muhammadiyah University of Yogyakarta,

²Department of Psychiatry Faculty of Medicine and Health Science
Muhammadiyah University of Yogyakarta

INTISARI

Latar Belakang : Gangguan cemas dapat dialami 2-4% di setiap kehidupan. Pada remaja Indonesia terjadi pada 6% populasi. Banyaknya permasalahan dan tuntutan yang terjadi pada mahasiswa, pada akhirnya akan menimbulkan stres. Oleh karena itu, untuk mengatasi berbagai masalah tersebut mahasiswa perlu melakukan upaya-upaya pencegahan yang tepat dengan cara melakukan coping stres yang baik. Salah satu hal yang dapat dilakukan yaitu dengan menggunakan media sosial.

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan penelitian analitik non-eksperimental dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa *International Programs of International Relations* yang berjumlah 41 orang. Data dianalisis dengan uji korelasi *Spearman Correlation* untuk melihat kedua hubungan variabel. Intensitas penggunaan media sosial dijadikan patokan apakah adanya gangguan cemas bila intensitas penggunaan media sosial yang tinggi. Instrument yang digunakan pada penelitian ini ialah kuisisioner SMUIS dan DASS 42.

Hasil Penelitian : Hasil penelitian menggunakan analisis uji statistik *Spearman rho* didapatkan nilai $p = 0,775$ dengan koefisien korelasi $r = -0,050$. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu tidak ada hubungan yang bermakna antara intensitas penggunaan media sosial dengan gangguan cemas pada mahasiswa *International Program of International Relation* Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan 2014. Hasil ini tidak mendukung hipotesis penelitian.

Kesimpulan : Dari penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara intensitas penggunaan media sosial dengan gangguan cemas pada mahasiswa *International Program of International Relation* Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Angkatan 2014.

Kata Kunci : Gangguan cemas, Intensitas media sosial, Mahasiswa

THE RELATION BETWEEN THE INTENSITY OF SOCIAL MEDIA USE AND ANXIETY DISORDER AMONG INTERNATIONAL PROGRAM OF INTERNATIONAL RELATION YOGYAKARTA MUHAMMADIYAH UNIVERSITY STUDENTS, CLASS OF 2014

Bimo Bagaskoro¹, Vista Nurasti Pradanita²

¹School of Medicine, Faculty of Medicine and Health Science
Muhammadiyah University of Yogyakarta,

²Department of Psychiatry Faculty of Medicine and Health Science
Muhammadiyah University of Yogyakarta

ABSTRACT

Background : Anxiety disorder happen in 2-4% in every life. In Indonesian teenager occurs in 6% of the population. Lots of problem and demand that happen in college student, can caused stress. Because of that, to solve the problem college students need to do some efforts to prevent stress with proper coping stress. One of the way was using social media.

Method : This research was conducted using non-experimental analitic with cross-sectional approach. Subject for this research was college students from International Programs of International Relations in total 41 person. Analysis data using correlation test Spearman Correlation to see the relation between the variables. Intensity can be use as standard if they have anxiety disorder, if the intensity was high. Instrument that used in this research were SMUIS and DASS 42 questionnaires.

Result : The result of this research using analytic statistic Spearman rho test and $p= 0,775$ with coefisien R realtion = -0.050 . The conclusion of this research is there is no relation between intensity use of social media and anxiety disorder in International Programs of International Relations Muhammadiyah University of Yogyakarta, class 2014. This result not supporting research hypotesis.

Conclusion : The conclusion of this research is there is no relation between intensity use of social media and anxiety disorder in International Programs of International Relations Muhammadiyah University of Yogyakarta, class 2014. This result not supporting research hypotesis.

Keywords : Anxiety disorder, Social media intensity, College student

Pendahuluan

Setiap orang pasti pernah merasa cemas karena masalah dalam kehidupan selalu datang. Banyak hal-hal yang terjadi pada kehidupan kita yang dapat menimbulkan cemas seperti masalah ekonomi, keluarga, kesehatan, pendidikan dan lain-lain. Setiap orang akan memiliki tanggapan masing-masing terhadap masalah itu. Itulah kenapa masalah-masalah kehidupan bisa menimbulkan kecemasan yang berbeda-beda terhadap setiap individu yang menghadapinya. Sebetulnya kecemasan itu dapat menjadi peringatan untuk individu supaya dapat mempersiapkan diri terhadap ancaman atau bahaya yang akan terjadi (Ratih,2010).

Kecemasan sendiri ialah perasaan yang wajar dan dapat dikendalikan oleh individu itu sendiri sehingga tidak mengganggu kehidupannya. Tetapi pada individu tertentu kecemasan dapat meningkat apabila individu tersebut memikirkan apa yang membuat dirinya cemas secara terus menerus dan mengabaikan lingkungan sekitar.

Gangguan cemas dapat dialami 2-4% di setiap kehidupan (Hawari, 2011). Gangguan kecemasan atau ansietas merupakan kelompok gangguan psikiatri yang paling sering ditemukan. *National Comorbidity Study* melaporkan bahwa satu dari empat orang memenuhi kriteria untuk sedikitnya satu gangguan kecemasan dan terdapat angka prevalensi 12 bulan sebesar 17,7 persen (Kaplan&Saddock, 2009). Sedangkan di Indonesia sendiri menurut Riskesdas tahun 2013, menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan adalah sebesar 6% untuk usia 15 tahun ke atas atau sekitar 14 juta orang. Menurut data proyeksi penduduk tahun 2014, jumlah remaja mencapai sekitar 65 juta jiwa atau 25 persen dari 255 juta jiwa jumlah penduduk. (BPS, 2014)

Di era modern ini, faktor pencetus gangguan cemas pada remaja tidak hanya dari lingkungan dunia nyata, tetapi dunia maya juga berpengaruh, hal ini berkaitan erat dengan penggunaan media sosial.

Menurut Hendriyanto pada tahun 2010, dalam kehidupan sehari-hari, mahasiswa tidak mungkin dapat terhindar dari banyaknya persoalan yang sering kali berujung pada stres. Banyaknya permasalahan dan tuntutan yang terjadi pada mahasiswa, pada akhirnya akan menimbulkan stres. Oleh karena itu, untuk mengatasi berbagai masalah tersebut mahasiswa perlu melakukan upaya-upaya pencegahan yang tepat dengan cara melakukan coping stres yang baik. Salah satu hal yang dapat dilakukan yaitu dengan menggunakan media sosial. Pemanfaatan jejaring sosial sebagai sarana untuk berbagi pikiran atau mencurahkan perasaan dapat difungsikan sebagai dukungan bagi para penggunanya, ketika sedang mengalami stres (Putra, 2012).

Media sosial mempunyai arti media komunikasi yang mempengaruhi karakteristik komunikasi seseorang karena dapat memfasilitasi komunikasi dan interaksi secara virtual tanpa batas ruang dan waktu, dapat berkomunikasi secara lebih efisien dari waktu, tenaga, dan biaya serta dapat digunakan untuk betukar pikiran dengan sangat mudah. Pada dasarnya media sosial banyak digunakan oleh orang Indonesia, hal ini dapat dibuktikan dari hasil statistik yang menunjukkan dari 255.500.000 penduduk Indonesia, terdapat 88.100.000 penduduk yang menggunakan internet dan 79.000.000 diantaranya menggunakan media sosial, dan dari jumlah tersebut 25% diantaranya ialah remaja, dan dari persentasi ini didapatkan jumlah remaja yang menggunakan media sosial cukup besar.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian analitik non-eksperimental dengan menggunakan pendekatan *cross-*

sectional. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa *International Program of International Relation* Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan 2014 sejumlah 80 orang. Sedangkan sampel berjumlah 41 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan eklusi.

Kriteria inklusi pada penelitian ini antara lain bersedia menjadi responden dan aktif menggunakan media sosial. Sedangkan kriteria eklusi penelitian ini antara lain didiagnosis dengan gangguan tidur, didiagnosis dengan gangguan kecemasan atau depresi, dan tinggal di tempat baru selama kurang dari 3 bulan.

Variabel bebas penelitian ini adalah intensitas penggunaan media sosial yang dinilai menggunakan kuesioner *Social Media Use Integrity Scale (SMUIS)*. Sedangkan variabel tergantung penelitian ini adalah gangguan cemas yang dinilai menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scales (DASS 42)*

Penelitian ini telah dilakukan di *International Program of International Relation* Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Pada bulan November 2016 sampai Januari 2017.

Pelaksanaannya diawali dengan uji validitas dan reliabilitas kuesioner SMUIS yang dilakukan di *International Program of Law and Sharia* Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Lalu dilanjutkan dengan pengambilan data dan analisis data menggunakan uji statistik.

Hasil Penelitian

Distribusi responden penelitian dapat dilihat dibawah ini :

Tabel 1. Distribusi Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki – Laki	20	48,8 %

Perempuan	21	51,2 %
Total	41	100 %

Pada tabel 1 dapat dilihat jumlah responden dengan jenis kelamin laki-laki berjumlah 20 orang (48,8 %). Sedangkan jumlah responden dengan jenis kelamin perempuan berjumlah 21 orang (51.2 %).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Presentase
19 tahun	4	9,8 %
20 tahun	27	65,9 %
21 tahun	6	14,6 %
22 tahun	4	9,8 %
Total	41	100 %

Pada tabel 2 didapatkan untuk responden yang berusia 19 tahun berjumlah 4 orang (9,8 %), yang berusia 20 tahun berjumlah 27 orang (65,9 %), yang berusia 21 tahun berjumlah 6 orang (14,6 %), dan yang berusia 22 tahun berjumlah 4 orang (9,8 %)

Pada uji normalitas Saphiro Wilk didapatkan bahwa skor kuesioner SMUIS dan kuesioner DASS 42 tidak berdistribusi normal (nilai $p < 0,05$). Dari hasil uji statistik korelasi Spearman rho didapatkan korelasi sebesar -0,050 dengan signifikansi 0,775. Hal ini menunjukkan bahwa korelasi tidak bermakna serta bersifat negatif dan sangat lemah.

Tabel. 3 Hasil Uji Korelasi Spearsmen rho

	Intensitas Penggunaan Media Sosial	
Gangguan Cemas	R	-,050
	P	0,775
	N	41

Pembahasan

Hasil uji statistik korelasi menggunakan Spearman rho tidak menunjukkan korelasi yang bermakna antara intensitas penggunaan media social dengan gangguan cemas. Hal ini mungkin disebabkan karena faktor-faktor lain selain penggunaan media sosial yang mempengaruhi gangguan cemas.

Kecemasan merupakan salah satu masalah psikologis yang sering kita jumpai dalam bermasyarakat dan merupakan suatu yang sering kita alami dari waktu ke waktu. Kecemasan dapat muncul pada banyak hal yang berbeda dan pada macam-macam situasi. Bentuk dari kecemasan pun setiap orang juga berbeda-beda. Kecemasan sendiri merupakan konsep yang rumit didalamnya terdapat dinamika yang bervariasi yang memiliki peranan besar dalam gangguan tertentu. Hampir semua orang mengalami kecemasan. Tetapi hampir semua orang tidak dapat melukiskan secara obyektif apa yang dirasakannya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan seseorang meliputi beberapa aspek antara lain unsur intrinsik maupun unsur ekstrinsik, menurut Kaplan dan Saddock unsur intrinsik yang menyebabkan kecemasan ialah usia pasien, pengalaman pengobatan pasien dan konsep diri dan peran, sedangkan untuk unsur ekstrinsik terdiri dari kondisi medis, tingkat pendidikan, akses informasi, proses adaptasi, tingkat sosial ekonomi.

Responden pada penelitian ini adalah mahasiswa tingkat 3, dapat dilihat dari jarak umur responden yang berkisar 19 sampai 22 tahun. Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan

pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup (Yusuf, 2012: 27).

Sumber kecemasan yang biasanya dihadapi oleh mahasiswa, yaitu: (1) Tingginya tuntutan akademik, (2) Perubahan tempat tinggal, (3) Pergantian teman sebagai akibat dari perpindahan tempat tinggal atau studi, (4) Perubahan budaya asal dengan budaya tempat tinggal yang baru, (5) Penyesuaian dengan jurusan yang dipilih, (6) Mulai memikirkan dan mempersiapkan karier yang ingin ditempuh dan mencari pekerjaan setelah lulus nanti. (Widuri, dkk dalam Kholidah dan Alsa).

Sumber-sumber kecemasan yang telah dikemukakan di atas tentunya merupakan sumber stres yang terjadi pada mahasiswa pada umumnya. Ini dikarenakan pada mahasiswa *International Programs of International Relations* mendapatkan banyak tugas pada masa perkuliahan, baik essay maupun presentasi. Selain banyaknya tugas mahasiswa juga sedang mengalami adaptasi dari semester 4 ke semester 5 karena menurut Kaplan dan Saddock salah satu dari unsur ekstrinsik yang dapat menyebabkan kecemasan adalah proses adaptasi. Selain itu, sampel yang kurang banyak dan kurang bervariasi juga mungkin mempengaruhi hasil uji statistik.

Kesimpulan

Dari penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara intensitas penggunaan media sosial dengan gangguan cemas pada mahasiswa *International Program of International Relation Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Angkatan 2014*.

Saran

Kepada peneliti-peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian sejenis agar memperbanyak jumlah sampel dari berbagai fakultas, menilai apakah responden benar-benar terdiagnosis secara langsung oleh dokter, mencari instrumen

penelitian yang lebih lengkap serta sebisa mungkin mengontrol faktor-faktor pengganggu yang dapat mempengaruhi keakuratan data. Selain itu, apabila instrumen penelitian yang digunakan bersifat subjektif, sangat penting untuk menyamakan persepsi tentang variabel penelitian antara peneliti dengan responden agar mempermudah interpretasi data.

Daftar Pustaka

BARESKRIM. 2015. *Pertumbuhan Remaja Indonesia 25 Persen dari Jumlah Penduduk*. (online). Available at : <http://bareskrim.com/2015/05/21/pertumbuhan-remaja-indonesia-25-persen-dari-jumlah-penduduk/>

Chairunnisa. 2010. *Hubungan Intensitas Mengakses Facebook dengan Motivasi Belajar Siswa MAN 13 Jakarta*. Jakarta: Fakultas Psikologi UIN

Depkes. 2013. *Stop Stigma dan Diskriminasi terhadap Orang Dengan Gangguan Jiwa (ODGJ)*. (Online). Available at : <http://www.depkes.go.id/article/view/201410270011/stop-stigma-dan-diskriminasi-terhadap-orang-dengan-gangguan-jiwa-odgj.html>

Hawari, D. 2008. *Manajemen Stress, Cemas dan Depresi*. Jakarta: FK UI.

Hendriyanto, B., Sriati, A., & Fitria, N. (2010). Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Padjadjaran Angkatan 2011. *Jurnal Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Padjadjaran*.

Imron, M. 2014. *Metodologi Penelitian Bidang Kesehatan Edisi II*. Jakarta : Segung Seto

Kindarto, A. 2010, *Efektif Blogging Dengan Aplikasi Facebook: Integrasikan Facebook Dengan Situs Jejaring Sosial Lainnya*, Jakarta: Elex Media Computindo.

Kholidah, E. N., & Alsa, A. 2012. *Berpikir Positif untuk Menurunkan Stres Psikologis*. *JURNAL PSIKOLOGI VOLUME 39*, NO.1, 67 - 75.

Maramis, W. F. & Maramis, A. A. 2009. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*. 2nd penyunt. Surabaya: Airlangga University Press.

Mudjaddid, E. 2006. *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Edisi IV*. Jakarta : FK UI.

Notoatmojo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Noviandari, Linda. 2015. *[INFOGRAFIS] Statistik Pengguna Internet dan Media Sosial Terbaru di Indonesia*, (Online), available at : <https://id.techinasia.com/talk/statistik-pengguna-internet-dan-media-sosial-terbaru-di-indonesia>

Puntoadi, Danis. 2011. *Meningkatkan Penjualan Melalui Social Media*. Elex Gramedia. 2011

Putra, K. R., Lestari, R., & Martianingsih, D. E. 2012. Pengaruh Intensitas Akses Jejaring Sosial Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Brawijaya Malang. (Online). Available at : http://old.fk.ub.ac.id/artikel/id/filedownload/keperawatan/MAJALAH_DIKI%20ELFIRA%20M_0910720027.pdf

Ricardo, H. 2009, *The Drop Out Billionaire: Menjual Ide Ala Mark Zuckerberg*, Yogyakarta: Best Publisher.

Sadock, B. J., Sadock, V. A. & Ruiz, P. 2009. *Kaplan & Sadock's : Comprehensive Textbook of Psychiatry*. 9th penyunt. New York: Lippincott Williams & Wilkins.

Sosiawan, E. A. 2011. Penggunaan Situs Jejaring Sosial Sebagai Media Interaksi Dan Komunikasi Di Kalangan Mahasiswa.

Jurnal Ilmu Komunikasi, Volume 9, Nomor 1, 60-75

Stuart dan Sundeen. 1998. *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 3 alih bahasa Achir Yani. S.* Jakarta: EGC.

Trismiati. 2004. Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Pria dan Wanita Akseptor Kontrasepsi Mantap di RSUP dr. Sarjito Yogyakarta. Palembang : Universitas Bina Dharma.

Yusuf, Syamsu. (2012). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung: Remaja Rosdakarya.