

# Oktavia jki

*by Agrina A*

---

**Submission date:** 19-Jul-2022 08:15PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1872602842

**File name:** oktavia\_jki.pdf (787.93K)

**Word count:** 4946

**Character count:** 31449

## HUBUNGAN INTERAKSI TEMAN SEBAYA DAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TERHADAP GANGGUAN MENTAL EMOSIONAL REMAJA

### Relationship of Peer Interaction and Intensity of Social Media Use to Adolescent Emotional Mental Disorders

Oktavia<sup>1</sup>, Jumaini<sup>2</sup>, Agrina<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Riau

<sup>2</sup>Dosen Keperawatan Jiwa Fakultas Keperawatan Universitas Riau

<sup>3</sup>Dosen Keperawatan Komunitas Fakultas Keperawatan Universitas Riau

Email: [oktaaaviaaa98@gmail.com](mailto:oktaaaviaaa98@gmail.com)

#### Abstrak

Gangguan mental emosional adalah perubahan emosional yang terjadi pada seorang individu apabila tidak diatasi dapat berkembang menjadi suatu keadaan patologis. Penelitian bertujuan untuk melihat hubungan interaksi teman sebaya dan intensitas penggunaan media sosial terhadap gangguan mental emosional remaja. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian adalah 322 responden yang diambil berdasarkan kriteria inklusi menggunakan teknik *consecutive sampling*. Analisis yang digunakan adalah analisis bivariat menggunakan uji *chi-square*. Penelitian ini terbanyak berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 255 orang (79,2%), dan jenis media sosial yang terbanyak digunakan adalah *whatsapp* dengan jumlah 307 orang (95,3%), terdapat 169 responden yang memiliki interaksi teman sebaya negatif (52,5%), 168 responden memiliki intensitas penggunaan media sosial tinggi (52,2%) dan 94 responden menunjukkan indikasi gangguan mental emosional (29,2%). Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara interaksi teman sebaya terhadap gangguan mental emosional ( $p$  value 0,04) < alpha (0,05) dan antara intensitas penggunaan media sosial yang tinggi terhadap gangguan mental emosional ( $p$  value 0,03) < alpha (0,05). Interaksi teman sebaya dan intensitas penggunaan media sosial mempunyai hubungan yang bermakna terhadap gangguan mental emosional remaja.

Kata Kunci: Gangguan Mental Emosional, Intensitas Penggunaan Media Sosial, Interaksi Teman Sebaya, Remaja.

#### Abstract

*Mental emotional disorders are emotional changes that occur in an individual who if not addressed can develop into a pathological state. The purpose of this research is to see a relationship of peer interactions and the intensity of social media use to adolescent mental emotional disorders. The design of this research is descriptive correlation with cross sectional.*

*The research sample was 322 respondents who were drawn based on inclusion criteria using consecutive sampling technique. The analysis used is bivariate using the chi-square test. The results of this was mostly male 255 respondents (79.2%), and the most used type of social media was whatsapp of 307 respondents (95.3%), research showed that 169 respondents have negative peer interactions (52.5%), 168 respondents with high intensity of social media use (52,2%) and 94 respondents who suffer from mental emotional disorders (29,2%). Chi-square result shows a significant relationship between peer interaction and mental emotional disorders ( $p$  value 0,04) < alpha (0,05) and between the intensity of high social media use with mental emotional disorders ( $p$  value 0,03) < alpha (0,05). Peer interactions and intensity of social media use have relationship to adolescent mental emotional disorders.*

*Keywords: Mental Emotional Disorders, Intensity of The Social Media Use, Peer Interaction, Adolesc*

#### Korespondensi:

Oktavia, Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan, Universitas Riau  
[oktaaaviaaa98@gmail.com](mailto:oktaaaviaaa98@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Remaja secara harfiah berarti tumbuh menjadi dewasa, artinya terdapat pematangan pada remaja baik dari segi fisik, kognitif, sosial, dan emosional (Potter, Perry, Sockert dan Hall, 2017). Banyak perubahan yang terjadi dalam siklus perkembangan remaja. Perubahan dalam siklus perkembangan remaja ini terkadang rentan menimbulkan masalah terhadap diri sendiri maupun dengan lingkungan sekitar. Masalah ini jika tidak ditangani secara dini dapat mempengaruhi perkembangan remaja dimasa depan terutama kematangan karakter remaja yang dapat memicu timbulnya gangguan mental emosional (Ikatan Dokter Anak Indonesia, 2013).

Gangguan mental emosional adalah perubahan emosional yang terjadi pada seorang individu, jika tidak segera ditangani dengan baik akan berubah menjadi suatu keadaan yang patologis (Kementrian Kesehatan RI, 2013). Secara global, depresi menjadi salah satu penyebab utama gangguan mental emosional (World Health Organization, 2019). Hasil penelitian WHO (2019) mengatakan bahwa satu dari enam anak berusia 10-19 tahun memiliki gangguan mental emosional. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan angka kejadian <sup>4</sup> gangguan mental emosional pada penduduk yang berumur diatas 15 tahun mengalami peningkatan dari

tahun 2013 sebesar 6,0% menjadi 9,8% dengan provinsi yang tertinggi yaitu Sulawesi Tengah sebesar 19,8% dan terendah yaitu Jambi sebesar 3,6%. Prevalensi gangguan mental emosional di Riau sendiri terjadi peningkatan dari tahun 2013 sebesar 2,7% menjadi 10,4% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018). Hal ini menunjukkan gangguan mental emosional di Riau perlu diperhatikan secara lanjut agar tidak menyebabkan dampak perkembangan psikologis yang buruk terutama bagi remaja.

Faktor lingkungan yang menunjang timbulnya gangguan mental emosional meliputi lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat dan interaksi teman sebaya (Tarwoto dkk, 2012). Interaksi teman sebaya yang negatif akan berdampak terhadap kematangan karakter remaja dimasa akan datang. Interaksi teman sebaya yang negatif digambarkan dengan perilaku negatif seperti penyalahgunaan zat, merokok, balapan motor, mencuri, berkelahi, bolos, dll dapat memicu terjadinya gangguan mental emosional pada remaja (IDAI, 2013).

Faktor lain yang mempengaruhi terjadinya gangguan mental emosional remaja yaitu penggunaan media sosial (Santrock, 2012). Data *We Are Social* (WAS, 2018) menunjukkan Indonesia saat ini menduduki peringkat ketiga dengan pertumbuhan pengguna media sosial tertinggi di dunia, sedangkan tahun 2019 terjadi peningkatan

20% penggunaan media sosial dari tahun sebelumnya dan hampir sebagian penduduk Indonesia menggunakan media sosial sebanyak 150 juta (56%) dari total populasi (WAS, 2019). Hal ini didukung oleh penelitian Tenis (2018) menunjukkan intensitas penggunaan media sosial tergolong tinggi yaitu rata-rata 313,187 menit atau sekitar lima jam dua puluh satu menit.

Hasil studi pendahuluan di SMKN 2 Pekanbaru pada tanggal 12 Maret 2020 melalui wawancara dengan 10 orang siswa didapatkan 8 orang siswa intensitas penggunaan media sosial tinggi yaitu >4 jam/hari, frekuensi membuka media sosial tinggi yaitu >4 kali/hari, rata-rata memiliki akun media sosial >2 dan aktif di semua akun yang dimiliki seperti *instagram*, *whatsapp*, *facebook*, *line*, dan *twitter*. Terkait interaksi teman sebaya, terdapat 6 orang saling mengejek di dalam kelompok, 4 orang lainnya merokok ketika berkumpul dengan teman, bermain ke warung *networking* (warnet) saat jam sekolah, dan berkumpul dengan teman setelah pulang sekolah hingga larut malam. Terkait gangguan mental emosional didapatkan 6 orang merasa sakit kepala ketika berkelahi dengan teman, cemas ketika berkelahi dengan teman, sulit tidur di malam hari karena bermain media sosial, takut diejek teman jika tidak ikut berkumpul dengan kelompok, dan 4 orang lainnya senang

merokok bersama-sama, khawatir tidak ikut berkumpul dengan kelompok setelah pulang sekolah dan merasa takut dijauhi jika tidak merokok dengan kelompok.

Hal ini termasuk dalam permasalahan mental emosional yang apabila tidak berhasil ditanggulangi sejak dini maka dapat berlanjut ke permasalahan yang lebih serius, dikhawatirkan dapat mengganggu perkembangan kepribadian remaja di masa depan. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berdasarkan data dan fenomena di atas tentang hubungan interaksi teman sebaya dan intensitas penggunaan media sosial terhadap gangguan mental emosional pada remaja.

#### **METODE**

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan metode pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SMKN 2 Pekanbaru, mulai tanggal 26 Juni-1 Juli 2020. Pengambilan subjek dengan teknik *consecutive sampling* kepada semua populasi yang berumur 15-18 tahun, mempunyai minimal satu akun media sosial yang aktif. Sampel pada penelitian ini berjumlah 322 responden sesuai kriteria peneliti.

Pengumpulan data dilakukan dengan mengisi kuesioner interaksi teman sebaya terdiri atas 20 pertanyaan, kuesioner intensitas penggunaan media sosial terdiri

atas 18 pertanyaan dan kuesioner *Self Reporting Questionnaire* untuk mengetahui gangguan mental emosional remaja yang terdiri atas 20 pertanyaan.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Analisis univariat

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Dan Jenis Kelamin**

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Usia		
	15 Tahun	27	8,4
	16 Tahun	148	45,3
	17 Tahun	132	41,0
	18 Tahun	17	5,3
	<b>Total</b>	<b>250</b>	<b>100</b>
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	255	79,2
	Perempuan	67	20,8
	<b>Total</b>	<b>322</b>	<b>100</b>

Tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden berusia 16 tahun yaitu sebanyak 148 responden (45,3%). Jenis kelamin responden terbanyak adalah laki-laki yaitu sebanyak 255 responden (79,2%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Jenis Media Sosial yang Digunakan Responden**

No	Jenis Media Sosial	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Facebook		

No	Jenis Media Sosial	Frekuensi (f)	Persentase (%)
	Menggunakan	175	54,3
	Tidak menggunakan	147	45,7
2.	Twitter		
	Menggunakan	56	17,4
	Tidak menggunakan	256	82,6
3.	WhatsApp		
	Menggunakan	307	95,3
	Tidak menggunakan	15	4,7
4.	Line		
	Menggunakan	80	24,8
	Tidak menggunakan	242	75,2
5.	YouTube		
	Menggunakan	4	12
	Tidak menggunakan	318	98,8
6.	Tiktok		
	Menggunakan		
	Tidak menggunakan	17	5,3
7.	Telegram		
	Menggunakan	250	100
	Tidak menggunakan	255	79,2
	<b>Total</b>	<b>322</b>	<b>100</b>

Tabel 2 menunjukkan mayoritas responden menggunakan *Whatsapp* yaitu sebanyak 307 responden (95,3%).

**Tabel 3. Gambaran Interaksi Teman Sebaya**

No	Interaksi Teman Sebaya	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Positif	153	47,5
2.	Negatif	169	52,5
	<b>Total</b>	<b>322</b>	<b>100</b>

Tabel 3 menunjukkan sebagian besar responden menunjukkan interaksi teman sebaya negatif, yaitu sebanyak 169 responden (52,5%).

**Tabel 4. Gambaran Intensitas Penggunaan Media Sosial**

No	Intensitas Penggunaan Media Sosial	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Rendah	153	47,5
2.	Tinggi	169	52,5
	<b>Total</b>	<b>322</b>	<b>100</b>

Tabel 4 menunjukkan sebagian besar intensitas penggunaan media sosial responden kategori tinggi yaitu sebanyak 169 responden (52,5%).

**Tabel 5. Gambaran Gangguan Mental Emosional Remaja**

No	Gangguan Mental Emosional Remaja	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Tidak ada indikasi gangguan mental emosional	228	70,8
2.	Ada indikasi gangguan mental emosional	94	29,2
	<b>Total</b>	<b>322</b>	<b>100</b>

Tabel 5 menunjukkan sebagian besar responden tidak ada indikasi gangguan mental emosional yaitu sebanyak 94 responden (29,2)

## 2. Analisa Bivariat

**Tabel 6. Hubungan Interaksi Teman Sebaya terhadap Gangguan Mental Emosional Remaja**

No	Gangguan Mental Emosional	Interaksi teman sebaya		P value
		Positif N	Negatif N	

1.	Tidak ada indikasi	117	111	0,04
2.	Ada Indikasi	36	58	
	<b>Total</b>	<b>153</b>	<b>169</b>	

Tabel 6 menunjukkan hasil analisis hubungan interaksi teman sebaya terhadap gangguan mental emosional remaja didapatkan indikasi gangguan mental emosional berasal dari interaksi teman sebaya yang negatif sebanyak 58 orang (34,3%), dibandingkan interaksi teman sebaya yang positif. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji Chi Square didapatkan p value = 0,04 >  $\alpha$  (0,05), disimpulkan bahwa ada hubungan antara interaksi teman sebaya terhadap gangguan mental emosional remaja.

**Tabel 7. Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial terhadap Gangguan Mental Emosional Remaja**

No	Gangguan Mental Emosional Remaja	Intensitas Penggunaan Media Sosial		P value
		Rendah N	Tinggi N	
1.	Tidak ada indikasi	118	110	0,03
2.	Ada Indikasi	36	58	
	<b>Total</b>	<b>154</b>	<b>168</b>	

Tabel 7 menunjukkan hasil analisis hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap gangguan mental emosional remaja didapatkan indikasi gangguan mental emosional berasal dari intensitas penggunaan

media sosial yang tinggi sebanyak 58 orang (34,5%), dibandingkan intensitas penggunaan media sosial yang rendah. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji Chi Square didapatkan  $p \text{ value} = 0,04 > \alpha (0,05)$ , disimpulkan ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial terhadap gangguan mental emosional remaja.

## PEMBAHASAN

### 1. Analisa Univariat

#### Usia

Responden sebagian besar berusia 16 tahun sebanyak 255 orang (79,2%). Hockenberry, Wilson, dan Rodger (2017) mengatakan usia 16 tahun termasuk kedalam remajapertengahan, dimana pada periode ini remaja cenderung membutuhkan kawan-kawan dan "narcistic" yaitu mencintai dirinya sendiri, suka dengan teman-teman yang mempunyai kesamaan sifat atau mirip dengan dia, dan bersifat labil atau mudah berubah-ubah tidak menentu (Santrock, 2013). Remaja dalam mengendalikan emosi dipengaruhi oleh faktor kondisi emosional lingkungannya, terutama lingkungan tempat tinggal dan teman sebaya (IDAI, 2013).

Masa remaja merupakan masa awal proses pematangan organ reproduksi dan perubahan hormonal karena faktor neuroendokrin yang dapat mempengaruhi fungsi otak, emosi, dorongan seks dan perilaku

remaja (Hartanto & Selina, 2010). Semakin bertambah usia maka semakin stabil pula emosi, minat, konsentrasi, dan cara berpikir remaja. Kemampuan untuk menyelesaikan masalah sudah mulai meningkat. Remaja mulai minat terhadap fungsi-fungsi intelektual, egonya mencari kesempatan bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman yang baru (Santrock, 2013).

#### Jenis kelamin

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar berjenis kelamin laki-laki karena sebagian besar responden di SMK Negeri 2 Pekanbaru merupakan siswa berjenis kelamin laki-laki, sehingga turut mengambil bagian dalam proses pengambilan sampel untuk dijadikan responden dalam penelitian. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Febriani dkk (2018) diperoleh hasil responden terbanyak yaitu berjenis kelamin laki-laki berjumlah 55 orang (58,5%). Penelitian lain yang dilakukan Oktaviana dan Wimbarti (2014) menunjukkan responden terbanyak adalah laki-laki berjumlah 121 orang (75,2%).

Teori nature menyebutkan bahwa laki-laki cenderung perkasa dan kuat, sedangkan perempuan cenderung lemah (Hurlock, 2010). Perasaan perempuan juga cenderung lebih peka dan sensitif dibandingkan laki-laki (Bimo, 2010). Laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan emosi dalam hal peran sosial dan

suatu hubungan, contohnya laki-laki lebih sering memberikan perhatian terhadap emosi terkait hubungan interpersonal sedangkan perempuan lebih sering mengekspresikan ketakutan dan kesedihan terutama pada teman sebaya. Laki-laki dalam pemecahan masalah mencari pendekatan baru sedangkan perempuan dalam hubungan antar manusia perempuan lebih baik dalam menyelesaikan masalah (Santrock, 2012).

### Jenis media sosial yang digunakan

<sup>13</sup> *WhatsApp* sebagai salah satu media sosial saat ini banyak digunakan untuk kepentingan bersosialisasi maupun sebagai penyampaian pesan baik oleh individu maupun kelompok. *WhatsApp* sebagai media komunikasi dalam menyampaikan pesan, informasi yang disampaikan lebih efektif dan <sup>12</sup> lebih cepat diterima oleh sasaran.

Jumiatmoko (2016) mengatakan, *WhatsApp* merupakan aplikasi berbasis internet yang memungkinkan setiap pengguna dapat saling berbagi berbagai macam konten sesuai dengan fitur pendukungnya. *WhatsApp* merupakan media sosial paling populer yang dapat digunakan sebagai media komunikasi (Pranajaya & Wicaksono, 2017).

### Interaksi teman sebaya

Remaja yang memiliki interaksi dengan teman sebaya negatif, maka segala bentuk

sikap, perilaku, dan tujuan hidup remaja menjadi negatif. Salah satu proses penting yang harus dilalui remaja untuk menemukan identitas dirinya adalah melalui interaksinya dengan teman sebaya. Interaksi teman sebaya adalah proses timbal balik antar individu dengan kelompok sosialnya yang berusia (Setiawati & Suparno, 2010). Ada berbagai aspek yang mempengaruhi interaksi teman sebaya yakni keterbukaan, kerjasama dan frekuensi hubungan.

Hal ini digambarkan dengan tidak pernah memilih teman berdasarkan status atau latar belakang keluarga, artinya remaja terbuka dengan siapa saja berinteraksi tanpa melihat status latar belakang keluarga teman sebaya sehingga remaja mampu diterima oleh kelompok sebaya. Penerimaan diri individu terhadap teman sebaya ini sejalan dengan penelitian Karina dan Suryanto (2012) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh keterbukaan diri dengan penerimaan sosial sebesar 44%, artinya semakin terbuka individu terhadap teman sebaya maka semakin besar kesempatan diterima oleh teman sebaya.

Interaksi yang terjalin antara teman sebaya dapat mempengaruhi perilaku, baik yang positif maupun negatif (Darmayanti, Lestari & Ramadani, 2011). Nilai negatif yang dikembangkan dalam interaksi teman sebaya dapat menimbulkan bahaya bagi perkembangan jiwa individu (Simarmata &



Karo, 2018).

### **Intensitas penggunaan media sosial**

Intensitas penggunaan media sosial tinggi dapat digambarkan dari beberapa aspek intensitas penggunaan media sosial yaitu tertarik dengan fasilitas yang tersedia di media sosial, selalu mengetahui cara menggunakan media sosial yang dimiliki, kadang-kadang menggunakan media sosial kurang dari 3 jam, artinya intensitas menggunakan media sosial yang sering dilakukan adalah lebih dari 3 jam dan sering membuka media sosial lebih dari 4 kali sehari.

Nurikhsan dan Agustin (2013) mengatakan bahwa pada masa remaja merupakan masa dimana seseorang individu lebih dekat dengan teman sebayanya dibandingkan dengan keluarganya, dan dengan menggunakan media sosial ini interaksi remaja menjadi lebih mudah dan menarik. Penggunaan media sosial dikalangan remaja tidak lepas dari fitur menarik yang disediakan oleh media sosial.

<sup>2</sup> Berbagi macam fitur yang terdapat pada media sosial dapat menjadi salah satu penyebab kecanduan media sosial, terutama meningkatnya waktu atau intensitas penggunaan media sosial (Kuss & Griffiths, 2011). Penelitian Tenis (2018) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial tergolong tinggi yaitu rata-rata 313,187 menit

atau sekitar lima jam dua puluh satu menit. Penggunaan media sosial yang tinggi dapat berdampak negatif seperti kecanduan bagi penggunanya (Gani, 2015).

### **Gangguan mental emosional remaja**

Gangguan mental emosional adalah sesuatu hal yang penting untuk diteliti meskipun hasil penelitian menyatakan tidak ada indikasi gangguan mental emosional. Hal ini dipengaruhi oleh jenis kelamin responden yang mayoritas laki-laki sehingga turut mempengaruhi hasil penelitian. <sup>5</sup> Teori nature menyebutkan bahwa laki-laki cenderung perkasa dan kuat (Hurlock, 2010). Makna <sup>4</sup> cenderung perkasa dan kuat tersebut tidak selalu diartikan dalam segi fisik saja, namun segi psikologis juga termasuk didalamnya. Sebaliknya, tercatat hasil sebanyak 94 responden (29,2%) memiliki indikasi gangguan mental emosional. Angka ini berarti bahwa, meskipun tidak ada indikasi gangguan mental emosional namun tercatat cukup banyak responden memiliki indikasi gangguan mental emosional yang apabila tidak diatasi dapat berkembang menjadi keadaan yang patologis.

Kemenkes RI melalui hasil Riset Kesehatan Dasar (2018) mendapatkan bahwa gangguan mental emosional pada remaja adalah 9,8 %, sementara itu di Riau 10,4%. Banyak hal dan kondisi yang dapat menimbulkan tekanan dalam masa remaja.

Remaja dihadapi dengan segala perubahan yang terjadi di dalam dirinya, artinya remaja berhadapan dengan segala tantangan yang berkaitan dengan pubertas, perubahan peran sosial, dan lingkungan.

<sup>14</sup> Tantangan ini tentunya berpotensi untuk menimbulkan masalah emosional dan memicu timbulnya tekanan nyata dalam kehidupan remaja jika mereka tidak mampu mengatasi kondisi tantangan tersebut (IDAI, 2013). Sejalan dengan penelitian Mubasyiroh, Putri, dan Tjandrarini (2015), menunjukkan gangguan mental emosional cukup tinggi sebanyak 60,175 <sup>4</sup> dengan gejala yang dialami yaitu sebesar 44,54% merasa kesepian, 40,75% merasa cemas, dan sebanyak 7,33% pernah ingin bunuh diri.

Gangguan mental emosional <sup>9</sup> dibagi menjadi dua kategori yaitu *externalizing behavior* dan *internalizing behavior*. *Externalizing behavior* memiliki dampak langsung atau tidak langsung terhadap orang lain, contohnya perilaku agresif, membangkang, tidak <sup>9</sup> patuh, berbohong, mencuri, dan kurangnya kendali diri. *Internalizing behavior* seperti <sup>7</sup> kecemasan, depresi, menarik diri dari interaksi sosial, gangguan makan, dan kecenderungan untuk bunuh diri. Kedua tipe ini memiliki pengaruh yang sama buruknya terhadap kegagalan belajar di sekolah (Hallahan dan Kauffman, 1988; Eggen dan Kauchak, 1997 dalam

Rismalinda, 2017).

### Analisa Bivariat

#### Hubungan Interaksi teman sebaya terhadap gangguan mental emosional remaja

Hasil penelitian ini menunjukkan interaksi teman sebaya yang negatif berpengaruh terhadap gangguan mental emosional remaja. Teman sebaya memiliki kekuatan yang luar biasa untuk menentukan arah hidup remaja. Interaksi <sup>1</sup> teman sebaya mempunyai peranan besar dalam mendorong terbentuknya berbagai keterampilan sosial. Rumah merupakan landasan dasar bagi remaja, sedangkan “duniannya” adalah sekolah, sehingga hubungan yang terpenting bagi diri mereka selain orang tua adalah teman-teman sebaya dan seminatnya. Remaja mencoba bebas dari keluarga akibat peran teman sebayanya (Hartanto & Selina, 2010).

Remaja yang memiliki interaksi dengan teman sebaya negatif, <sup>8</sup> maka segala bentuk sikap, perilaku, dan tujuan hidup remaja menjadi negatif. Sebaliknya, remaja yang memiliki interaksi teman sebaya positif, dimana <sup>8</sup> sebuah kelompok selalu memberikan motivasi, dukungan, dan peluang untuk mengaktualisasikan diri secara positif, maka remaja juga akan memiliki sikap yang positif.

Interaksi yang terjalin dengan teman sebaya bersifat positif ditunjukkan dengan

selalu menyampaikan pendapat ketika sedang berdiskusi suatu permasalahan bersama teman-teman, sedangkan interaksi yang terjalin dengan teman sebaya negatif ditunjukkan bahwa sebagian besar responden kadang-kadang mendahulukan kepentingan bersama teman dibandingkan belajar, kadang-kadang lebih memilih untuk menyelesaikan suatu permasalahan sendiri tanpa bantuan orang lain, selanjutnya hasil informasi dari salah satu guru mengatakan bahwa selama sekolah dilakukan secara *daring* terdapat beberapa siswa-siswi melakukan kecurangan ketika mengumpulkan tugas, sebagai contoh dengan mengumpulkan tugas atas nama teman nya kepada guru dengan kata lain remaja menunjukkan perilaku tidak patuh terhadap guru.

Kejadian ini merupakan interaksi antar teman sebaya yang tercipta penuh dengan energi negatif atau interaksi antar teman sebaya yang tercipta bersifat buruk. Interaksi teman sebaya yang negatif dapat megambarkan terjadinya gangguan mental emosional *externalizing behaviour* pada remaja. Gangguan mental emosional adalah suatu perubahan emosional yang terjadi pada setiap individu apabila tidak diatasi dapat menyebabkan keadaan yang patologis. Gangguan mental emosional dikategorikan menjadi *internalizing behaviour* dan *externalizing behavior*. *Internalizing*

*behaviour* adalah suatu perilaku yang memberikan dampak secara langsung terhadap diri individu seperti kecemasan, depresi, menarik diri dari interaksi sosial, gangguan makan, dan kecendrungan untuk bunuh diri. *Externalizing behavior* adalah suatu perilaku yang dapat memberikan dampak buruk terhadap orang lain baik secara langsung maupun tidak langsung seperti membangkang, tidak patuh, berbohong, mencuri, perilaku agresif dan kurangnya kendali diri (Hallahan dan Kauffman, 1988; Eggen dan Kauchak, 1997 dalam Rismalinda, 2017).

Gangguan mental emosional yang terjadi pada penelitian ini terlihat sulit tidur, sulit mengambil keputusan, selanjutnya indikasi gangguan mental emosional dapat digambarkan dengan kurangnya nafsu makan, mudah terkena rasa takut, tangan gemetar, merasa cemas, tegang dan khawatir, sistem pencernaan kurang baik, sulit untuk berpikir jernih, merasa tidak bahagia, lebih sering menangis dari biasanya, merasa sulit untuk menikmati kegiatan sehari-hari, pekerjaan sehari-hari terganggu, tidak memainkan peranan berguna dalam hidup, merasa kehilangan minat berbagai hal, merasa tidak berharga, mempunyai pikiran untuk mengakhiri hidup, merasa lelah, merasa tidak enak di perut dan mudah lelah.

Ikatan secara emosional dalam

kelompok teman sebaya akan mendatangkan berbagai pengaruh besar bagi individu dalam kelompok. Remaja yang memiliki interaksi teman sebaya<sup>11</sup> positif lebih dapat mengatasi stress karena mendapatkan dukungan dari teman temannya, dibandingkan dengan remaja yang tidak ada atau kurang berinteraksi dengan teman sebaya maupun interaksi teman sebaya negatif (Nurbaiti, 2018). Penelitian ini menunjukkan bahwa interaksi teman sebaya sangat berpengaruh bagi mental emosional remaja. Interaksi teman sebaya yang negatif dapat beresiko terindikasi gangguan mental emosional pada remaja.

#### **Hubungan intensitas penggunaan media sosial terhadap gangguan mental emosional.**

Hasil penelitian ini menunjukkan intensitas penggunaan media sosial yang tinggi berpengaruh terhadap gangguan mental emosional remaja. Penelitian terkait yang dilakukan Handikasari, Jusup, dan Johan (2018) menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi. Uji korelasi memberikan hasil positif, yang artinya semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial, semakin tinggi pula tingkat keparahan depresinya.<sup>2</sup> Berbagai macam fitur yang terdapat pada media sosial dapat menjadi salah satu penyebab

kecanduan media sosial, terutama meningkatnya waktu penggunaan media sosial (Kuss & Griffiths, 2011).

Responden pada penelitian ini mayoritas<sup>2</sup> menggunakan media sosial *whatsapp* dengan intensitas penggunaan media sosial yang tinggi ditunjukkan selalu mengetahui bagaimana cara menggunakan semua media sosial, selalu suka berkomunikasi melalui media sosial. Selanjutnya, intensitas penggunaan media sosial yang tinggi juga dapat digambarkan dengan tertarik menggunakan fasilitas-fasilitas dalam media sosial, merasa gelisah ketika tidak bisa membuka media sosial yang digemari, merasa nyaman ketika bisa membuka media sosial, merasa media sosial adalah suatu hal yang terpenting, aktif menggunakan lebih dari 2 akun media sosial dalam sehari, mengikuti dan meng-*update* aplikasi dari media sosial yang di miliki, menggunakan akun media sosial lebih dari 3 jam sehari dan membuka akun media sosial lebih dari 4 kali sehari.

Setiap media sosial memiliki fitur yang menarik sehingga membuat penggunanya tertarik menggunakan secara terus menerus. Fitur *chatting* dan *stories* merupakan fitur yang hampir dimiliki oleh seluruh media sosial baik di *whatsapp* maupun *instagram*. Remaja melalui fitur *chatting* berinteraksi dengan teman sebaya, sehingga membuat remaja

fokus melakukan kegiatan ini secara terus menerus yang tanpa sadar membuat remaja semakin larut dalam menggunakan media sosial.

Kegiatan *chatting* yang dilakukan secara terus menerus ini memberikan dampak seperti sulit tidur, merasa lelah. Selanjutnya dampak lainnya juga membuat pekerjaan sehari-hari terganggu, sering sakit kepala, kurang nafsu makan, mudah terkena rasa takut, tangan gemetar, merasa cemas, tegang dan khawatir, sistem pencernaan kurang baik, sulit untuk berpikir jernih, merasa tidak bahagia, lebih sering menangis dari biasanya, merasa sulit untuk menikmati kegiatan sehari-hari, sulit mengambil keputusan, tidak memainkan peranan berguna dalam hidup, merasa kehilangan minat berbagai hal, merasa tidak berharga, merasa tidak enak di perut, mudah lelah dan memiliki pikiran untuk mengakhiri hidup.

Kondisi ini merupakan gambaran dari indikasi gangguan mental emosional yang terjadi akibat intensitas penggunaan media sosial yang tinggi. Kondisi sulit tidur didukung juga oleh penelitian Ulfiana (2018) mengatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan kejadian insomnia atau sulit tidur. Kondisi sulit tidur termasuk dalam salah satu penilain seseorang memiliki indikasi gangguan mental emosional oleh Kementrian

Kesehatan.

Fitur lainnya yang tersedia yaitu *stories*, melalui fitur ini membuat pengguna media sosial tertarik untuk melihat profil orang lain tanpa berniat untuk melakukan interaksi dengan orang tersebut (Vogel, Rose, Okdie, Eckles, & Franz, 2015). Kegiatan melihat profil orang lain yang dilakukan oleh pengguna media sosial secara tidak sadar dapat mengakibatkan terjadinya perbandingan sosial, terutama saat melihat foto maupun status orang lain. Semakin sering mengakses fitur *stories* yang tersedia di media sosial, semakin sering pula terpapar mekanisme perbandingan sosial. Pengguna akan semakin merasa iri dan merasa kecil terhadap orang lain. Perasaan negatif ini apabila terus menerus menumpuk dapat menyebabkan depresi (Romer, Bagdasarov, & More, 2013). WHO (2019) mengatakan bahwa depresi merupakan salah satu yang menjadi penyebab terjadinya gangguan mental emosional. Depresi merupakan salah satu kondisi yang termasuk dalam gangguan mental emosional *internalizing behaviour*. Penjelasan diatas menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial sangat berpengaruh terhadap gangguan mental emosional remaja. Intensitas penggunaan media sosial yang tinggi sangat beresiko besar terhadap indikasi terjadinya gangguan mental emosional remaja.

## KESIMPULAN

Penelitian yang dilakukan pada 250 responden didapatkan hasil sebagian besar responden berusia 16 tahun dengan jumlah 148 orang (45,3%), jenis kelamin terbanyak adalah laki-laki dengan jumlah 255 orang (79,2%), dan jenis media sosial yang terbanyak digunakan adalah *whatsapp* dengan jumlah 307 orang (95,3%). Responden yang memiliki interaksi teman sebaya negatif cenderung memiliki indikasi gangguan mental emosional yaitu 58 orang (34,3%) dibandingkan interaksi teman sebaya positif. Hasil uji *Chi-square* diperoleh hasil *p value* lebih kecil dari nilai alpha ( $0,04 < 0,05$ ). Responden yang memiliki intensitas penggunaan media sosial tinggi cenderung memiliki indikasi gangguan mental emosional yaitu 58 orang (34,5%) dibandingkan intensitas penggunaan media sosial rendah. Hasil uji *Chi-square* diperoleh hasil *p value* lebih kecil dari nilai alpha ( $0,03 < 0,05$ ). Penelitian ini berarti  $H_0$  ditolak dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan interaksi teman sebaya dan intensitas penggunaan media sosial terhadap gangguan mental emosional remaja.

## SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi masyarakat tentang gangguan mental emosional dan remaja berpotensi mengalaminya, serta

menjadi gambaran bagi masyarakat untuk dapat memantau interaksi teman sebaya dan intensitas penggunaan media sosial anak, serta peneliti selanjutnya dapat memberikan terapi kepada remaja yang diindikasikan gangguan mental emosional.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bimo, W. (2010). *Pengantar psikologi umum*. Yogyakarta: CV Andi.
- Darmayanti, D., Lestari, Y., & Ramadani, M. (2011). Peran teman sebaya terhadap perilaku seksual pra nikah siswa SLTA Kota Bukittinggi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat. Andalas*, 6(1).
- Febriani, D., Elita, V., & Utami, S. (2018). Hubungan pola asuh orang tua terhadap masalah mental emosional remaja. *JOM Fkp*, 5(2), 353-362.
- Gani, A. (2015). Pengaruh media sosial terhadap perkembangan anak dan remaja. *Jurnal Mitra Manajemen Universitas Suryadarma*, 2(7).
- Hartanto, F., & Selina, H. (2010). Masalah mental remaja di Kota Semarang. *Media Medika Indonesia*, 4(3).
- Hockenberry, M. J., Wilson, D., & Rodgers, C. C. (2017). *Wong's essentials of pediatric nursing Edisi 10*. Kanada: Elsevier.
- Hurlock, E. B. (2010). *Psikologi perkembangan suatu pendekatan sepanjang rentang*. Jakarta: Erlangga.

- Ikatan Dokter Anak Indonesia. (2013). *Masalah kesehatan mental emosional remaja*.
- Jumiatmoko. (2016). WhatsApp messenger dalam tinjauan manfaat dan adab. *Jurnal Studi Islam dan Sosial*. 3(1).
- Karina, S. M., & Suryanto. (2012). Pengaruh keterbukaan diri terhadap penerimaan sosial pada anggota komunitas backpacker indonesia regional surabaya dengan kepercayaan terhadap dunia maya sebagai intervening variabel. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 1(2).
- Kementrian Kesehatan RI. (2013). *Riset kesehatan dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Diperoleh tanggal 20 Februari 2020 dari <http://depkes.go.id>
- Kementrian Kesehatan RI. (2018). *Riset kesehatan dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kuss, D.J., & Griffiths, M.D. (2011). Online social networking and addiction a review of the psychological literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 8, 3528-3522.
- Mubasyiroh, R., Putri, I. Y. S., Tjandrarini, D. H. (2017). Determinan gejala mental emosional pelajar SMP-SMA di Indonesia Tahun 2015. *Buletin Penelitian Kesehatan*. 45(2), 103-112.
- Nasrullah, R. (2015). *Media sosial perspektif komunikasi, budaya, dan sosioteknologi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Nurbaiti. (2018). Isu-isu pengaruh kelompok teman sebaya terhadap perkembangan remaja. *Psikologi FK Unsyiah*.
- Nurikhsan, J., & Agustin, M. (2013). *Dinamika perkembangan anak dan remaja*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Oktaviana, M., & Wimbarti, S. (2014). Validasi klinik strengths and difficulties questionnaire (SDQ) sebagai instrument skrining gangguan tingkah laku. *Jurnal Psikologi*. 41(1), 101-114.
- Potter, P.A., Perry, A.G., Stockert, P.A., & Hall, A. M. (2017). *Fundamental of nursing*. 8<sup>th</sup> ed. St. Louis Missouri: Elsevier Mosby.
- Pranajaya & Wicaksono, H. (2018). Pemanfaatan aplikasi whatsapp dikalangan pelajar: Studi kasus di MTS AL Muddatsiriyah dan MTS Jakarta Pusat. *Majalah Ilmiah Pengembangan Rekayasa dan Sosial*. 14(1).
- Rismalinda. (2017). *Buku ajar psikologi kesehatan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Romer, D., Bagdasarov, Z., More, E. (2013). Older versus newer media and the well-being of united states youth: Results from a national longitudinal panel. *J Adolesc Heal*.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development perkembangan masa hidup*. Edisi 13. Jilid 1. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2013). *Adolescence*:

- Perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Setiawati, E., & Suparno. (2010). Interaksi sosial dengan teman sebaya pada anak homeschooling dan anak sekolah reguler. *Jurnal Ilmiah Berkala Psikologi*. 12(1).
- Sigalingging, G., & Sianturi, I. A. (2019). Hubungan teman sebaya dengan perilaku seksual remaja di SMK Medan Area Medan Sunggal. *Jurnal Dharma Agung Husada*, 5(1).
- Simarmata, S. W., & Karo, F. I. K. (2018). Pengaruh teman sebaya terhadap perilaku menyimpang siswa kelas X SMK Swasta Satria Binjai tahun pelajaran 2017/2018. *Jurnal ANSIRU PAI*. 3(1).
- Tarwoto, Aryani, R., Nuraeni, A., Miardwiyana, B., Tauchid, S. N., Aminah, S., & Chairani, R. (2012). *Kesehatan remaja problem dan solusinya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Tenis, R. R. P. (2018). Hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan subjective well being pada remaja. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Trisnani. (2017). Pemanfaatan *whatsapp* sebagai media komunikasi dan kepuasan dalam penyampaian pesan dikalangan tokoh masyarakat. *Jurnal Komunikasi Media dan Informatika*. 6(3).
- Ulfiana, N. (2018). Hubungan penggunaan media sosial dengan kejadian insomnia pada mahasiswa jurusan keperawatan. Makassar: UIN Alauddin Makassar.
- Vogel, E. A., Rose. J.P., Okdie, B.M., Eckles. K., Franz, B. (2015). Who compares and despairs the effect of social comparison orientation on social media use and its outcomes. *Pers Individ Dif*.
- We Are Social. (2018). *Global digital report*.
- We Are Social. (2019). *Global digital report*.



## ORIGINALITY REPORT

---

13%

SIMILARITY INDEX

13%

INTERNET SOURCES

7%

PUBLICATIONS

6%

STUDENT PAPERS

---

## PRIMARY SOURCES

---

1	<a href="http://ejournal.undip.ac.id">ejournal.undip.ac.id</a> Internet Source	1%
2	Ardenal Pata, Aspin Aspin, Yuliastri Ambar Pambudhi. "Kontrol Diri Siswa Terhadap Kecanduan Media Sosial", Jurnal Sublimapsi, 2021 Publication	1%
3	<a href="http://jbiomedkes.org">jbiomedkes.org</a> Internet Source	1%
4	<a href="http://e-journal.stkipsiliwangi.ac.id">e-journal.stkipsiliwangi.ac.id</a> Internet Source	1%
5	<a href="http://digilib2.unisayogya.ac.id">digilib2.unisayogya.ac.id</a> Internet Source	1%
6	<a href="http://ejournal.bbg.ac.id">ejournal.bbg.ac.id</a> Internet Source	1%
7	<a href="http://file.p4tktkplb.kemdikbud.go.id">file.p4tktkplb.kemdikbud.go.id</a> Internet Source	1%
8	<a href="http://nanopdf.com">nanopdf.com</a> Internet Source	1%

---

9	<a href="http://smailperpus.blogspot.com">smailperpus.blogspot.com</a> Internet Source	1 %
10	<a href="http://ejournal.uin-malang.ac.id">ejournal.uin-malang.ac.id</a> Internet Source	1 %
11	<a href="http://psikologi.fk.unsyiah.ac.id">psikologi.fk.unsyiah.ac.id</a> Internet Source	1 %
12	<a href="http://e-jurnalmitrapendidikan.com">e-jurnalmitrapendidikan.com</a> Internet Source	1 %
13	<a href="http://etd.umy.ac.id">etd.umy.ac.id</a> Internet Source	1 %
14	<a href="http://journal2.stikeskendal.ac.id">journal2.stikeskendal.ac.id</a> Internet Source	1 %
15	<a href="http://repository.its.ac.id">repository.its.ac.id</a> Internet Source	1 %

Exclude quotes  On

Exclude matches  < 1%

Exclude bibliography  On