

HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN MASALAH MENTAL EMOSIONAL REMAJA DI SMP MUHAMMADIYAH 5 KOTA BANDUNG

Ida Faridah¹, Emma Aprilia Hastuti², Indah Mentari³.

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKes Dharma Husada

²Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKes Dharma Husada

³Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKes Dharma Husada

email: idafaridah157@gmail.com

Abstract

Background: *On the development of information and communication technology, adolescents are one of the most active users of social media in Indonesia. The use of social media can have an impact on emotional mental problems in the form of anxiety, stress and depression in adolescents. There is a lot of information on social media that encourages its users to spread fake news or what is called a hoax, hate speech and cyber bullying which can affect the emotional mental health of its users. Purpose:* This study aims to determine the relationship between the use of social media and the emotional mental problems of adolescents at Muhammadiyah 5 Middle School, Bandung City. **Methods:** *This study used quantitative correlation analysis using a cross sectional design. The sample in this study were 76 respondents which collected using stratified random sampling. The result showed that the majority of social media use was in the alert category, namely 46 respondents (60,5%), the majority in emotional mental problems of the total difficulty score in the abnormal category, namely 55 respondents (72,4%). There is a significant relationship between the use of social media and adolescent mental emotional problems at SMP Muhammadiyah 5 Bandung City. The use of social media can make it easier for teenagers to exchange information and communication with anyone and anytime. However, it can make teenagers spend time on social media and exceed their usage limits which can have a negative impact especially on adolescent mental emotional health.*

Keyword: *Emotional Mental Problems, Social Media Use, Teenager*

Abstrak

Latar Belakang: Pada perkembangan teknologi informasi dan komunikasi, penggunaan media sosial menjadi sangat mudah. Remaja menjadi salah satu dari sekian banyak pengguna media sosial terbanyak di Indonesia. Penggunaan media sosial dapat berdampak pada masalah mental emosional yaitu berupa kecemasan, stress dan depresi pada remaja. Banyak informasi di media sosial yang mendorong banyak penggunaannya untuk menyebabkan berita bohong atau disebut *hoax*, ujaran kebencian dan *cyber bullying* yang dapat mempengaruhi mental emosional penggunanya. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan media sosial dengan masalah mental emosional remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung. **Metode:** Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan analisis korelasi menggunakan desain *cross sectional*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 76 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas penggunaan media sosial dalam kategori Alert atau waspada yaitu sebanyak 46 responden (60,5%), mayoritas pada masalah mental emosional dari total keseluruhan skor kesulitan dalam kategori abnormal yaitu sebanyak 55 responden (72,4%). Terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan masalah mental emosional remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung. Penggunaan media sosial dapat mempermudah remaja untuk bertukar informasi dan komunikasi. Namun, hal tersebut membuat remaja menghabiskan waktunya di media sosial dan melebihi batas penggunaannya yang dapat mengakibatkan dampak pada kesehatan mental emosional remaja.

Kata Kunci: Masalah Mental Emosional, Penggunaan Media Sosial, Remaja

PENDAHULUAN

Remaja menjadi populasi terbanyak di dunia begitu pula di Indonesia, tingginya populasi remaja dapat menjadi sebuah bonus demografi dan dapat pula menjadi sumber permasalahan sebab masa remaja merupakan masa peralihan yang didalamnya banyak terjadi perubahan fisik, psikologis maupun intelektual yang menjadikan remaja sebagai populasi yang rentan untuk melakukan perilaku yang berisiko. Menurut *World Health Organization* (WHO), rentang usia remaja adalah antara 10 hingga 19 tahun. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 menyatakan bahwa remaja adalah penduduk berusia antara 10 sampai 18 tahun. Perkembangan remaja meliputi perkembangan biologis, kognitif, psikososial, mental dan emosional. Perkembangan biologis, seperti perkembangan otak dan hormon (Fitri et al., 2019). Data dari *World Health Organization* (2018) usia Remaja menempati 18% dari jumlah penduduk yang berada di dunia atau sekitar 1,2 milyar diantaranya merupakan remaja.

Remaja merupakan salah seorang yang dapat mengalami masalah mental emosional. Masalah mental emosional merupakan kondisi dimana seseorang mengalami distress psikologis, terjadi perubahan psikologis pada keadaan tertentu tapi bisa kembali pulih kembali, akan tetapi jika tidak ditangani dengan baik akan berpengaruh buruk terhadap proses perkembangan remaja itu sendiri (Malfasari et al., 2020). Berdasarkan hasil survei kesehatan berbasis sekolah jenjang SMP dan SMA secara nasional yang diterbitkan oleh Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2015, ditemukan sepuluh faktor perilaku yang berisiko terhadap kesehatan remaja, termasuk masalah kesehatan mental. Menurut hasil survey di Indonesia 46,01% siswa mengalami kesepian dan terbanyak dialami oleh perempuan, 42,18% mengalami kecemasan atau kekhawatiran berlebihan, serta 62,38% mengalami gangguan emosi kompleks yaitu terdiri dari kesepian, khawatir berlebihan dan pikiran untuk melakukan bunuh diri (Fitri et al., 2019).

Melina & Herbawani, (2022) Kesehatan mental emosional dipengaruhi oleh jenis kelamin, komunikasi dengan keluarga, bentuk keluarga, kerentanan individu, media sosial dan tingkat pendidikan. Salah satu faktor yang mempengaruhi masalah mental emosional ini adalah media sosial. Pada era perkembangan teknologi informasi dan komunikasi, penggunaan internet menjadi sangat mudah. Terlebih hal ini

dikarenakan kebutuhan akan informasi, gaya hidup, komunikasi, hiburan dan pengetahuan yang tersedia dari berbagai media sosial yang berperan dalam pembentukan jati diri seseorang. Pelajar yang merupakan remaja menjadi salah satu dari sekian banyak pengguna teknologi dan internet. Menurut laporan Databoks, Indonesia berada di urutan ketiga negara dengan pengguna internet terbanyak di Asia. Berdasarkan data dari Asosiasi Penyelenggara layanan Internet Indonesia, disebutkan bahwa sebanyak 100% responden pelajar mengatakan bahwa mereka menggunakan Internet setiap hari, internet yang mempunyai layanan yang sering digunakan para penggunanya yaitu sebagai media komunikasi atau bisa disebut media sosial (Sa'diyah et al., 2022).

Media sosial dapat memudahkan setiap penggunanya untuk berinteraksi dengan setiap penggunanya dengan bentuk jejaring sosial, dari penggunaan media sosial seseorang dapat saling berinteraksi dan berbagi informasi dengan cepat dan mudah dengan pengguna lainnya. Penggunaan media sosial ini namun dapat berdampak pada masalah mental emosional yaitu kecemasan, stres, dan depresi remaja. Media sosial seakan menjadi dunia lain bagi para penggunanya. Terkadang kondisi seseorang berbanding terbalik dengan kondisi di media sosialnya. Banyak informasi di media sosial mendorong banyak penggunanya untuk menyebarkan berita bohong atau bisa disebut *hoax*, ujaran kebencian atau sering disebut *hate speech* dan *cyber bullying* (Sa'diyah et al., 2022).

Thursina, (2023) menjelaskan bahwa media sosial berpengaruh terhadap kesehatan mental. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sa'diyah et al., (2022) bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kesehatan mental dengan nilai p value 0,041 (<0,05). Penelitian lain yang dilakukan Diva et al., (2016) didapatkan hasil bahwa tidak ada hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan kesehatan mental pada remaja dengan nilai p value 0,125 (>0,05). Berdasarkan studi pendahuluan dari data dari Puskesmas Jajaway menggunakan kuesioner SDQ bulan Maret 2023 pada 178 orang remaja yang merupakan pelajar didapatkan hasil 130 siswa berada dalam rentang abnormal, 31 siswa berada dalam rentang ambang dan 15 siswa dalam rentang normal. Hasil terbanyak dalam rentang abnormal berada di sekolah SMP Muhammadiyah 5 oleh karena itu

peneliti melakukan penelitian di sekolah tersebut. Studi pendahuluan juga dilakukan peneliti pada tanggal 04 April 2023, berupa wawancara singkat pada 11 orang remaja dan guru di sekolah tersebut. Didapatkan remaja yang menggunakan media sosial > 12 jam/hari sebanyak 2 orang, 5 siswa menggunakan media sosial >6 jam/hari, remaja tersebut juga mengungkapkan bahwa jika tidak menggunakan media sosial merasa kesepian, gelisah, bosan serta tidak memiliki hiburan dan remaja tersebut juga mengungkapkan bahwa bila tidak menggunakan media sosial komunikasi menjadi terhambat dan berpengaruh juga pada proses belajarnya karena tidak bisa mengakses tugas di google, Mereka juga mengungkapkan kadang terjadi pertengkaran dan mengakitbatkan sindir menyindir lewat status di media sosial. 4 orang remaja lainnya menggunakan media sosial <6 jam/hari mereka juga mengungkapkan tidak ada masalah jika mereka tidak menggunakan media sosial. Peneliti mewawancarai guru BK dan wakil kepala sekolah yang menyebutkan bahwa hampir semua murid mempunyai media sosial tidak sedikit pula siswa yang mengalami kecanduan media sosial dan terdapat beberapa anak yang lebih sering menyendiri dan tidak mau bergaul dengan yang lainnya, terdapat siswa yang tidak mampu mengontrol emosi sehingga sering bertengkar di sekolah dan banyak juga siswa yang acuh terhadap sekolahnya sehingga sering kabur dari sekolah. Wakil kepala sekolah menyebutkan bahwa terdapat dampak yang buruk terhadap sekolah karena siswa sering bermain media sosial hingga larut malam yang mengakibatkan siswa tersebut kesiangan atau bolos kesekolah, terdapat juga siswa dengan prestasi yang buruk di tiap kelas 2-3 siswa.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik meneliti tentang Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Masalah Mental Emosional Remaja Di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung.

TINJAUAN TEORI

1. REMAJA

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan biologis dan psikologis. Secara biologis ditandai dengan tumbuh dan berkembangnya seks primer dan seks sekunder sedangkan secara psikologis ditandai

dengan sikap dan perasaan, keinginan dan emosi yang labil atau tidak menentu (Sirupa et al., 2016)

Maranatha, (2022) membagi masa remaja menjadi tiga:

- a. Masa remaja awal (10-14 tahun)
- b. Remaja pertengahan (15-16 tahun)
- c. Remaja akhir (17-19 tahun)

Tugas perkembangan masa remaja difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kekanakan serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa.

2. MASALAH MENTAL EMOSIONAL

Mental emosional adalah suatu kondisi dimana seseorang mengalami distress psikologis, terjadi perubahan psikologis pada keadaan tertentu tetapi bisa kembali pulih seperti semula, namun jika masalah mental emosional ini tidak ditangani dengan baik, maka menjadi negatif. Masalah kesehatan mental emosional adalah kondisi individu yang ditandai dengan perubahan emosional yang jika berkepanjangan berkembang menjadi kondisi patologis (Malfasari et al., 2020).

Masalah kesehatan mental emosional yaitu kondisi individu yang ditandai dengan perubahan emosional dan secara bertahap berkembang menjadi kondisi patologis (Malfasari et al., 2020). Gejala awal yang dapat timbul biasanya mulai dari kebingungan, kecemasan berlebihan, hingga akhirnya dapat menimbulkan kemarahan yang bahkan kerap kali tidak diketahui penyebabnya (Melina & Herbawani, 2022).

Masalah mental emosional yang tidak diselesaikan dengan baik akan memberikan dampak negatif terhadap perkembangan remaja di kemudian hari, terutama terhadap pematangan karakter dan memicu terjadinya gangguan perkembangan mental emosional. Gangguan perkembangan mental emosional akan berdampak terhadap meningkatnya masalah perilaku pada saat dewasa (Susanti et al., 2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental remaja Melina & Herbawani, (2022) jenis kelamin, Komunikasi dengan keluarga, Bentuk keluarga, media sosial, kerentanan individu dan tingkat pendidikan.

3. MEDIA SOSIAL

Media sosial adalah sebuah media online, dengan para penggunanya bisa dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan isi meliputi blog, jejaring sosial, wiki, forum dan dunia virtual. Blog jejaring sosial dan wiki merupakan bentuk media sosial yang paling umum digunakan oleh masyarakat di seluruh

dunia seperti *Facebook, twitter, Instagram, whatsapp, line* dll. Pendapat lain mengatakan bahwa media sosial adalah media online yang mendukung interaksi sosial dan media sosial menggunakan teknologi berbasis web yang mengubah komunikasi menjadi dialog interaktif (Liedfray et al., 2022).

Penggunaan media sosial dapat memudahkan setiap penggunaannya untuk berbagi informasi dan berinteraksi dengan siapa saja dan kapan saja namun, media sosial ini juga dapat berdampak negatif bagi pengguna baik fisik maupun psikologis seperti kecemasan, depresi dan aktifitas kriminal (Rosmalina & Khaerunnisa, 2021).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan analisis korelasi. Populasi penelitian adalah remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung yang berjumlah 94 orang. Metode pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling* yang dihitung dengan rumus slovin sebanyak 76 orang. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur penggunaan media sosial adalah kuesioner *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS) yang terdiri dari 18 item pertanyaan dan masalah mental emosional menggunakan kuesioner *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ) yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisa data univariat menggunakan distribusi frekuensi menjelaskan tentang karakteristik remaja, penggunaan media sosial dan masalah mental emosional. Analisa bivariat menggunakan *spearman rank*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	F	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	33	43,4%
Perempuan	43	56,6%
Usia		
≤14 Tahun	36	47,4%
15 Tahun	27	35,5%
!6 Tahun	13	17,1%
Media sosial yang digunakan		
1-3 Media sosial	20	26,3%
>3 Media Sosial	56	73,3%

Berdasarkan table 1 menunjukkan bahwa hasil analisis dari 76 responden remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 43 orang (56,6%), berusia ≤14 tahun sebanyak 36 orang (47,4%) dan menggunakan >3 media sosial sebanyak 56 orang (73,3%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Penggunaan Media Sosial

Kategori	F	%
Normal	21	27,6%
Alert	46	60,5%
Addict	9	11,8%
Total	76	100%

Berdasarkan table 2 menunjukkan bahwa hasil analisis dari 76 responden remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung sebagian besar penggunaan media sosialnya berada pada kategori alert sebanyak 46 orang (60,5%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Masalah Mental Emosional

Kategori	F	%
Gejala Emosional (E)		
Normal	20	26,3%
Ambang	3	3,9%
Abnormal	53	69,7%
Masalah Perilaku (C)		
Normal	25	32,9%
Ambang	14	18,4%
Abnormal	37	48,7%
Hiperaktivitas (H)		
Normal	20	26,3%
Ambang	7	9,2%
Abnormal	49	64,5%
Masalah teman sebaya (P)		
Normal	7	9,2%
Ambang	17	22,4%
Abnormal	52	68,4%

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa hasil analisis dari 76 responden remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung sebagian besar gejala emosional (E) termasuk kategori abnormal sebanyak 53 orang (69,7%), Masalah perilaku (C) termasuk kategori abnormal sebanyak 37 orang (48,7%), hiperaktivitas (H) termasuk kategori abnormal sebanyak 49 orang (64,5%) dan masalah teman sebaya (P)

termasuk kategori abnormal sebanyak 52 orang (68,4%).

Tabel 4 Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Gejala Emosional Remaja

Penggunaan Media Sosial	Gejala Emosional						Jumlah	P- Value	r
	Normal		Ambang		Abnormal				
	F	%	F	%	F	%			
Normal	15	19,7%	1	1,3%	5	6,6%	21	0,00	.610
Alert	5	6,6%	2	2,6%	39	51,3%	46		
Addict	0	0,0%	0	0,0%	9	11,8%	9		
Total	20	26,3%	3	3,9%	53	69,7%	76		

Pada tabel 4. dapat dilihat p value bernilai 0,00 (<0,05) maka dari hasil uji *spearman rank* Ho ditolak dan Ha diterima. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan penggunaan media sosial dengan masalah gejala emosional remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung, serta didapatkan jumlah korelasi

yaitu sebesar 0,610 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan dengan kategori sangat kuat antara hubungan penggunaan media sosial dengan gejala emosional (E) pada remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung.

Tabel 5 Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Masalah Perilaku Remaja

Penggunaan Media Sosial	Gejala Emosional						Jumlah	P- Value	r
	Normal		Ambang		Abnormal				
	F	%	F	%	F	%			
Normal	19	25%	2	2,6%	0	0%	21	0,00	.711
Alert	6	7,9%	11	14,5%	29	38,2%	46		
Addict	0	0%	1	1,3%	8	10,5%	9		
Total	25	32,9%	14	18,4%	37	48,7%	76		

Pada tabel 5 dapat dilihat p=bernilai 0,00 (<0,05) maka dari hasil uji *spearman rank* Ho ditolak dan Ha diterima. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan penggunaan media sosial dengan masalah perilaku remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota

Bandung, serta didapatkan jumlah korelasi yaitu sebesar 0,711 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan dengan kategori sangat kuat antara hubungan penggunaan media sosial dengan masalah perilaku (C) pada remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung.

Tabel 6 Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Hiperaktivitas Remaja

Penggunaan Media Sosial	Gejala Emosional						Jumlah	P- Value	r
	Normal		Ambang		Abnormal				
	F	%	F	%	f	%			
Normal	16	21,1%	3	3,9%	2	2,6%	21	0,00	.704
Alert	4	5,3%	4	5,3%	38	50%	46		
Addict	0	0%	0	0%	9	11,8%	9		
Total	20	26,4%	7	9,2%	49	64,4%	76		

Pada tabel 6 dapat dilihat p=bernilai 0,00 (<0,05) maka dari hasil uji *spearman rank* Ho ditolak dan Ha diterima. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan penggunaan media sosial dengan hiperaktivitas

remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung, serta didapatkan jumlah korelasi sebesar 0,704 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan dengan kategori sangat kuat antara hubungan penggunaan media sosial dengan hiperaktivitas

(H) pada remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung.

Tabel 7 Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Masalah Teman Sebaya Remaja

Penggunaan Media Sosial	Masalah Teman Sebaya						Jumlah	P- Value	R
	Normal		Ambang		Abnormal				
	F	%	F	%	f	%			
Normal	7	9,2%	9	11,8%	5	6,6%	21	0,00	.609
Alert	0	0%	8	10,5%	38	50%	46		
Addict	0	0%	0	0%	9	11,8%	9		
Total	7	9,2%	17	22,3%	52	68,4%	76		

Pada tabel 7 dapat dilihat $p=$ bernilai ,000 ($<0,05$) maka dari hasil uji spearman rank Ho ditolak dan H_a diterima. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan penggunaan media sosial dengan masalah teman sebaya remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung, serta didapatkan jumlah korelasi sebesar 0,609 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan dengan kategori sangat kuat antara hubungan penggunaan media sosial dengan masalah teman sebaya (P) pada remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung.

PEMBAHASAN

1. Penggunaan media sosial

Berdasarkan hasil Analisa univariat menunjukkan bahwa penggunaan media sosial remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung dengan responden sebanyak 76 menunjukkan mayoritas sebanyak 46 responden (60,5%) dalam kategori *alert*.

Terdapat berbagai faktor yang dapat berkaitan dengan terjadinya banyak remaja yang mengalami tahap *alert* atau waspada ini salah satunya intensitas penggunaan media sosial. Hasil ini sesuai dengan penelitian (Wulandari & Netrawati, 2015) yang juga menemukan mayoritas remaja dalam kategori sedang dengan persentase (64,8%) penelitian ini menyebutkan bahwa semakin parah tingkat kecanduan media sosial yang dialami, maka semakin meningkat juga intensitas penggunaan media sosialnya. Menurut teori Pornkulvanich dan Dumrongsiri (2013) dalam Prajaniti et al., (2022) terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi remaja menggunakan media sosial, yaitu seperti untuk menghabiskan waktu, mengurangi kebosanan, menjalin dan memelihara hubungan, mengikuti trend, mencari hiburan dan relaksasi.

Menurut peneliti dilihat dari keseluruhan mayoritas responden pada penelitian ini yaitu sebanyak 46 responden (60,5%) berada pada

tahap *alert* atau waspada penggunaan media sosial, adanya keinginan dari remaja untuk menggunakan media sosial sebagai sarana hiburan, remaja mengalami kesulitan.

2. Masalah mental emosional remaja

a. Tingkat gejala emosional (E) di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung

Berdasarkan hasil Analisa univariat menunjukkan bahwa penggunaan media sosial remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung dengan responden sebanyak 76 menunjukkan mayoritas sebanyak 53 responden (69,7%) dalam kategori abnormal.

Aspek gejala emosi mengarah pada suatu perasaan dalam pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dalam serangkaian kecenderungan bertindak. Anak dengan gangguan emosi dan perilaku memiliki karakteristik yang kompleks dan sering kali ciri-ciri perilakunya juga dilakukan oleh anak-anak sebaya lain, seperti banyak bergerak, mengganggu teman sepermainan, perilaku melawan dan adakalanya lebih sering menyendiri (Istiqomah, 2017). Hal ini sesuai dengan pendapat Utaminingsih & Maharani, (2017) remaja mengalami perubahan dalam sikap dan perilaku sejajar dengan tingkat perubahan fisik, perubahan yang terjadi salah satunya yaitu emosi remaja yang meingkat seperti remaja mudah dalam berteman, mudah bermusuhan dan mudah berkelahi dikarenakan emosi yang belum stabil.

Sari, (2021) mengungkapkan bahwa masalah yang sering muncul juga pada masalah mental emosional adalah gejala emosional karena keadaan remaja pada masa stress, yaitu dimana remaja mengalami ketegangan emosi yang tinggi. Menurut peneliti dilihat dari keseluruhan mayoritas responden pada penelitian ini yaitu sebanyak 53 responden (69,7%) berada pada kategori abnormal dimana responden dalam penelitian ini remaja seringkali mengalami

perubahan emosi dan stress yang menyebabkan remaja menjadi mudah tersinggung, cepat marah dan tidak mampu mengendalikan emosinya.

b. Tingkat masalah perilaku (C) di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung.

Berdasarkan hasil Analisa univariat menunjukkan bahwa penggunaan media sosial remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung dengan responden sebanyak 76 menunjukkan mayoritas sebanyak 37 responden (48,7%) dalam kategori abnormal.

Masalah perilaku ini merupakan permasalahan yang paling sering ditunjukkan oleh anak atau remaja seperti memukul, berkelahi, mengejek, menolak untuk menuruti permintaan orang lain (Istiqomah, 2017). Sejalan juga dengan penelitian (Sari, 2021) masalah perilaku mengganggu adalah masalah yang ditemukan pada kondisi emosional remaja dengan kategori abnormal sebanyak 47 orang (21,8%). Menurut peneliti dilihat dari keseluruhan mayoritas responden pada penelitian ini yaitu sebanyak 37 responden (48,7%) berada pada kategori abnormal. Remaja dengan masalah perilaku ini biasanya malas, jarang bersosialisasi dengan orang sekitar, mengejek atau *cyber bullying*, berperilaku kasar dan berperilaku anti sosial

c. Tingkat hiperaktivitas (H) di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung.

Berdasarkan hasil Analisa univariat menunjukkan bahwa penggunaan media sosial remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung dengan responden sebanyak 76 menunjukkan mayoritas sebanyak 49 responden (64,5%) dalam kategori abnormal. Pola perilaku pada seseorang dengan hiperaktivitas menunjukkan sikap tidak mau diam, tidak menaruh perhatian dan implusif atau semaunya sendiri anak atau remaja ini berperilaku biasanya sulit diatur atau kontrol (Istiqomah, 2017).

Menurut peneliti dilihat dari keseluruhan mayoritas responden pada penelitian ini yaitu sebanyak 49 responden (64,5%) berada pada kategori abnormal yang artinya remaja tersebut mengalami masalah dengan hiperaktivitas atau pola perilaku pada seseorang yang menunjukkan sikap tidak mau diam dan memiliki perilaku sulit diatur atau dikontrol.

d. Tingkat masalah teman sebaya (P) di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung.

Berdasarkan hasil Analisa univariat menunjukkan bahwa penggunaan media sosial remaja di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung dengan responden sebanyak 76 menunjukkan mayoritas sebanyak 52 responden (68,4%) dalam kategori abnormal. Perilaku yang dimunculkannya pada masalah teman sebaya ini terlihat anak atau remaja kurang dalam bersosialisasi dengan teman sebayanya baik dilingkungan rumah atau sekolah, kesulitan seseorang dalam bersosialisasi ini sering kali membuat mereka kurang diterima oleh teman sebayanya (Istiqomah, 2017).

Sejalan juga dengan penelitian Sari, (2021) menyatakan aspek masalah relasi teman sebaya merupakan masalah anak kesulitan bersosialisasi dengan teman sebayanya, sehingga membuat remaja kurang diterima di lingkungan teman sebayanya.

3. Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Maslah Mental emosional Remaja

a. Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Gejala Emosional Remaja

hasil melalui uji spearman rank didapatkan nilai p value 0,000, yangberarti ada hubungan antara penggunaan media sosial dengan gejala emosional (E) di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r=0,610$. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Amirah et al., (2023) bahwa ada hubungan antara kecanduan media sosial dengan masalah kesehatan mental emosional gejala emosional pada remaja dengan p-value sebesar $0,000 < 0,05$. Aspek gejala emosional mengarah pada sebuah perasaan yang khas, remajadengan gangguan emosi dan perilaku mempunyai karakteristik berupa sering mengeluh sakit pada bagian badan dan sering menangis atau tidak bahagia dan juga merasa khawatir.berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan gejala emosional pada remaja. Remaja merupakan masa peralihan menuju masa dewasa yang didalamnya terjadi perubahan fisik, psikologis maupun intelektual yang menjadikan remaja sebagai seseorang yang rentan, ketika seorang remaja terlalu sering menggunakan media sosial maka akan memacu ketidak stabilan pada remaja tersebut.

b. Hubungan penggunaan media sosial dengan masalah perilaku remaja

hasil melalui uji spearman rank didapatkan nilai p value 0,000, yangberarti ada

hubungan antara penggunaan media sosial dengan masalah perilaku (C) di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r=0,711$. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Esti et al., (2021) bahwa ada hubungan antara penggunaan media sosial dengan masalah kesehatan mental didapatkan nilai p value 0,000 ($<0,05$). Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan masalah perilaku pada remaja. Ketika seorang remaja terlalu sering menggunakan media sosial dampak yang akan mungkin muncul adalah menjadi malas, jarang bersosialisasi dengan orang sekitar, mengejek atau cyber bullying dan berperilaku anti sosial.

c. Hubungan penggunaan media sosial dengan hiperaktivitas remaja

Hasil melalui uji spearman rank didapatkan nilai p value 0,000, yang berarti ada hubungan antara penggunaan media sosial dengan hiperaktivitas (H) di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r=0,704$. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Amirah et al., (2023) bahwa ada hubungan antara kecanduan media sosial dengan kesehatan mental emosional gejala hiperaktivitas dengan p value 0,036 ($<0,05$). Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan hiperaktivitas pada remaja. Remaja menjadi hiperaktivitas di media sosial dan sering memposting kegiatannya di media sosial yang penuh dengan kesenangan tidak jarang dalam kehidupan nyatanya remaja tersebut merasa kesepian.

d. Hubungan penggunaan media sosial dengan masalah teman sebaya remaja

Hasil melalui uji spearman rank didapatkan nilai p value 0,000, yang berarti ada hubungan antara penggunaan media sosial dengan masalah teman sebaya (P) di SMP Muhammadiyah 5 Kota Bandung dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r=0,609$. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Esti et al., (2021) bahwa ada hubungan antara penggunaan media sosial dengan masalah kesehatan mental didapatkan nilai p value 0,000 ($<0,05$).

Menurut Esti et al., (2021) penggunaan media sosial telah mengubah cara remaja berinteraksi dan berkomunikasi satu sama lain, dengan media sosial remaja dapat berhubungan dengan teman dan keluarga terutama jarak jauh, mencari teman baru dan mengembangkan

identitas diri, namun hal itu membuat remaja menghabiskan banyak waktu di media sosial melebihi lama penggunaan seharusnya yang dapat mengakibatkan berbagai dampak negatif pada remaja. Menurut peneliti, ada hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan masalah teman sebaya pada remaja. Akibat dari remaja terlalu sering menghabiskan waktu dengan media sosialnya mengakibatkan remaja tersebut jarang berkumpul dengan teman sebayanya dan itu yang mengakibatkan terjadinya masalah dengan teman sekitarnya.

KESIMPULAN

1. Terdapat Hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan gejala emosional remaja dengan hasil p-value=0,000 dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,610$.
2. Terdapat Hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan masalah perilaku remaja dengan hasil p-value=0,000 dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,711$.
3. Terdapat Hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan hiperaktivitas remaja dengan hasil p-value=0,000 dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,704$.
4. Terdapat Hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan masalah teman sebaya remaja dengan hasil p-value=0,000 dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,609$.

DAFTAR PUSTAKA

- Amirah, N., Jumaini, J., & Indriati, G. (2023). Hubungan Kecanduan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 11(1), 72.
<https://doi.org/10.24843/coping.2023.v11.i01.p10>
- Anggreni, D. (2022). *Penerbit STIKes Majapahit Mojokerto buku ajar*.
- Ayu, I. M., Situngkir, D., Nitami, M., & Nadiyah. (2020). Program Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Di SMK "X" Tangerang Raya. *Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 3(1), 87–95.
https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-17336-11_0593.pdf
- Bangu, H., Kurniasari, C. I., Alfianto, A. G., Astuti, R. P., & Ladyani, F. (2023). *Keperawatan Dan Kesehatan Jiwa* (T. Media (ed.); 1st ed.). Tahta Media Group.
- Clarysa Dewi, N. (2020). *Pengaruh Penggunaan*

- Media Sosial Pada Remaja*. 12(2), 2–6.
- Devita, Y. (2019). Prevelensi Masalah Mental Emosional Remaja Di Kota Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 1(2), 33–43. <https://doi.org/10.25157/jkg.v1i2.2643>
- Diva, P. T., Anggari, R. S., & Haswita. (2023). *INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA*. 10(01), 1–23.
- Esti, A., Sari, P. I. T., & Ramadhan, R. (2021). JURNAL NTHN : Nan Tongga Health and Nursing Journal Homepage : <http://ojs.unisbar.ac.id> Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Karies Gigi Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Nthn*, 16(1), 6–9.
- Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>
- Fitri, A., Neherta, M., & Sasmita, H. (2019). Faktor – Faktor Yang Memengaruhi Masalah Mental Emosional Remaja Di Sekolah Menengah Kejuruan (Smk) Swasta Se Kota Padang Panjang Tahun 2018. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, 2(2), 68–72. <https://doi.org/10.36341/jka.v2i2.626>
- Istiqomah, I. (2017). Parameter Psikometri Alat Ukur Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ). *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(2), 251–264. <https://doi.org/10.15575/psy.v4i2.1756>
- Liedfray, T., Waani, F. J., & Lasut, J. J. (2022). Peran Media Sosial Dalam Mempererat Interaksi Antar Keluarga Di Desa Esandom Kecamatan Tombatu Timur Kabupaten Tombatu Timur Kabupaten Minasa Tenggara. *Jurnal Ilmiah Society*, 2(1), 2.
- Malfasari, E., Febtrina, R., Herniyanti, R., Timur, L. B., Sekaki, P., Tim, L. B., Kota, P., & Pekanbaru, K. (2020). Kondisi Mental Emosional pada Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 241–246.
- Maranatha, J. T. (2022). *No Title* (1st ed.). CV Jejak, Anggota IKAPI.
- Mayasari, E. D., Evanjeli, L. A., Anggadewi, B. E. T., & Purnomo, P. (2022). Kesehatan Mental Guru Sekolah Dasar Selama Mengajar Daring. *Journal of Psychological Science and Profession*, 6(1), 33. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v6i1.36932>
- Melina, S. A., & Herbawani, C. K. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja Selama Pandemi Covid-19: Tinjauan Literatur. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(4), 286–291. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.4.286-291>
- Nasution, A. (2020). Bahan Ajar Fsa Angkatan Ke-21 Tahun 2020 Pengujian Hipotesis. *Pusdiklat.Bps.Go.Id*, 4.
- Norfai. (2021). *Kesukitan dalam Menulis Karya Tulis Ilmiah* (S. Dhalia (ed.); 1st ed.). Lakeisha.
- Oktaviana, M., & Wimbari, S. (2014). Validasi Klinik Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) sebagai Instrumen Skrining Gangguan Tingkah Laku. *Jurnal Psikologi*, 41(1), 101. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6961>
- Prajaniti, G. A. S., Swedarma, K. E., & Manangkot, M. V. (2022). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Gejala Depresi Pada Remaja Di Sman 3 Denpasar. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 10(1), 52. <https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i01.p08>
- Putri, P. K., Nuraqmarina, F., & Utami, C. (2022). *Gambaran Adiksi Penggunaan Instagram pada Remaja SMA di Jakarta Selatan*. 11, 120–133.
- Rosmalina, A., & Khaerunnisa, T. (2021). Penggunaan Media Sosial dalam Kesehatan Mental Remaja. *Prophetic : Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 4(1), 49. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i1.8755>
- Sa'diyah, M., Naskiyah, N., & Rosyadi, A. R. (2022). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Dalam Pendidikan Agama Islam. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 11(03), 713. <https://doi.org/10.30868/ei.v11i03.2802>
- Sanaky, M. M. (2021). Analisis Faktor-Faktor Keterlambatan Pada Proyek Pembangunan Gedung Asrama Man 1 Tulehu Maluku Tengah. *Jurnal Simetrik*, 11(1), 432. <https://doi.org/10.31959/js.v11i1.615>
- Santoso, I., & Madiistriyatno, H. (2021). *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF* (1st ed.). Indigo Media.
- Sari, R. P. (2021). Gambaran Kesehatan Mental Siswa SMP Perti Kota Padang. *Jurnal Halaqah*, 3(1), 1–10.

- <https://doi.org/10.5281/zenodo.4554768>
- Sarwono, J., & Budiono, H. (2012). *Statistik Terapan Aplikasi Untuk Riset Skripsi, Tesis dan Disertasi Menggunakan SPSS, AMOS dan Excel* (1st ed.). PT Elex Media Komputindo.
- Setiana, H. A., & Nuraeni, R. (2018). *Riset Keperawatan* (A. Rahmawati (ed.); 1st ed.). LovRinz Publishing.
- Sirupa, T. A., Wantania, J. J. E., & Suparman, E. (2016). Pengetahuan, sikap, dan perilaku remaja tentang kesehatan reproduksi. *E-Clinic*, 4(2), 137–144. <https://doi.org/10.35790/ecl.4.2.2016.14370>
- Sitepu, J. N., Siringoringo, P. I. S., & Girsang, R. (2022). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Gejala Depresi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen. *Nommensen Journal of Medicine*, 7(2), 31–35. <https://doi.org/10.36655/njm.v7i2.613>
- Sukendra, I. K., & Atmaja, I. K. S. (2020). Instrumen Penelitian. In *Journal Academia*.
- Susanti, Y., Pamela, E. M., & Haryanti, D. (2018). Gambaran perkembangan mental emosional pada remaja description of emotional mental development in adolescent. *Nurse Roles in Providing Spiritual Care in Hospital, Academic and Community*, 38–44.
- Thursina, F. (2023). *Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Siswa Pada Salah Satu SMAN di Kota Bandung*. 1(01), 19–30.
- Utami, C. (2018). Hubungan antara penggunaan sosial media dengan kestabilan emosi pada remaja. *Jurnal Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*, 1–7.
- Utaminingsih, D., & Maharani, C. A. (2017). *Bimbingan dan Konseling Perkembangan Remaja (E-LIBRARY)* (1st ed.). Psikosain.
- Widiastututi, R. N. (2018). *MEMAKSIMALKAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DALAM LEMBAGAPEMERINTAH* (1st ed.). Direktorat Jenderal Informasi dan Komunikasi Publik, Kementerian Komunikasi dan Informatika.
- Wulandari, R., & Netrawati, N. (2015). Analisis Tingkat Kecanduan Media Sosial Pada Remaja. *Jurnal Riset Tidakan Mahasiswa*, 5(2), 1–15.
- Yuhana, S. E., Mariyati, & Sugianto, P. E. (2021). Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan Mental Remaja. *Prophetic : Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, 4(1), 49. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i1.8755>
- Yunica. (2021). *Relaksasi Pernafasan Ballon Blowing Tinjauan Pada Kasus PPOK* (T. Q. Media (ed.); 1st ed.). CV. Penerbit Qiara Media.