

HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN SITUS JEJARING SOSIAL DENGAN KECEMASAN PADA MAHASISWA AKHIR

Yethie Hilda Pranata¹, Natalia Dewi Wardani², Innawati Jusup²

¹Mahasiswa Program Pendidikan S-1 Kedokteran Umum, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro

²Staf Pengajar Psikiatri, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro

Jl. Prof. H. Soedarto, SH., Tembalang -Semarang 50275, Telp. 02476928010

ABSTRAK

Latar Belakang Mahasiswa menggunakan situs jejaring sosial sebagai alat komunikasi dan juga sebagai fungsi hiburan untuk menghindari stres. Kegagalan mekanisme coping dan adaptasi dapat menyebabkan gangguan kecemasan pada mahasiswa. Namun, penggunaan situs jejaring sosial yang berlebihan atau dengan intensitas yang tinggi dapat menyebabkan dampak negatif seperti kecemasan. Gejala adanya gangguan kecemasan tersebut dapat berupa gejala fisik, psikologis, dan perilaku.

Tujuan Mengetahui adakah hubungan intensitas penggunaan situs jejaring sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir.

Metode Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik desain cross sectional. Sebanyak 215 mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro angkatan 2012 Calon subyek penelitian yang masuk kriteria inklusi dikumpulkan dan dimintai kesediaannya untuk menjadi subyek penelitian dengan mengisi *informed consent* dengan benar. Kemudian subyek penelitian diminta untuk mengisi kuesioner demografi, kuesioner *Social Network Time Usage Scale (SONTUS)* dan kuesioner Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS). Analisis hubungan menggunakan uji korelasi *Spearman*.

Hasil Responden memiliki faktor demografi yang bervariasi. Sebanyak 74 responden (35,1%) memiliki intensitas penggunaan situs jejaring sosial rendah, 99 responden (46,9%) memiliki intensitas sedang, 36 responden (17,1%) memiliki intensitas tinggi, dan sisanya sejumlah 2 responden (0,9%) memiliki intensitas sangat tinggi. Terdapat 96 responden (45,5%) tidak mengalami gangguan cemas, 114 responden (54%) mengalami kecemasan ringan, satu responden (0,5%) mengalami kecemasan sedang, dan tidak terdapat responden yang mengalami kecemasan berat. Terbukti adanya hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan situs jejaring sosial dan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir dengan koefisien signifikansi sebesar 0,000 serta koefisien korelasi sebesar 0,537.

Kesimpulan Terdapat hubungan yang bermakna antara intensitas penggunaan situs jejaring sosial dan kecemasan.

Kata Kunci Intensitas penggunaan situs jejaring sosial, kecemasan, mahasiswa tingkat akhir.

ABSTRACT

CORRELATES BETWEEN SOCIAL NETWORK SITES USAGE INTENSITY AND ANXIETY ON FINAL YEAR OF UNIVERSITY STUDENTS

Background University students use social network sites for communicating with each other and entertaining themselves to avoid stress. Failure of coping mechanisms and adaptations lead to anxiety disorder. But, high intensity of social network sites use can cause negative impacts such as anxiety disorder. The symptoms of anxiety disorder are physical symptoms, psychological symptoms, and behavioural symptoms.

1903

Aim To find out is there a relationship between intensity of social network sites use with anxiety degree.

Methods It is an observational research which is using cross sectional analysis. There are 215 respondents. Then all of them are given informed consent and some questionnaires, such as: demograph questionnaire, Social Network Time Usage Scale (SONTUS) questionnaire, and Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS) questionnaire. The relationship between between intensity of social network sites use with anxiety degree is tested using Spearman method.

Results Respondents have variation of demograph datas. There are 74 students (35,1%) with low intensity of social network sites use, 99 students (46,9%) with moderate intensity, 36 students (17,1%) with high intensity, and 2 students (0,9%) with very high intensity. There are 96 students (45,5%) with normal anxiety degree, 114 students (54%) with mild anxiety, one student (0,5%) with moderate anxiety, and have no students with severe anxiety. The statistic analysis point out that there is significant relationship ($p < 0,000$) between intensity of social network sites use with anxiety degree with correlation coefficient 0,537.

Conclusions There is a significant relationship between intensity of social network sites use with anxiety degree.

Keyword Intensity of social network sites use, anxiety, final year of university students

PENDAHULUAN

Situs jejaring sosial (*social network sites*) merupakan layanan berbasis web yang menyediakan sarana bagi seseorang untuk berinteraksi dan berkomunikasi.¹ Terdapat berbagai tujuan dalam penggunaan situs jejaring sosial diantaranya untuk bertemu teman baru ataupun dengan teman yang memiliki kesamaan minat atau hobi, berinteraksi dengan teman *offline* yang telah dikenal, memulai hubungan asmara, kepentingan politik dan informasi tanpa memandang jarak dan perbedaan waktu.^{2,3} Intensitas penggunaan situs jejaring sosial adalah keadaan tingkatan atau seberapa intensnya seseorang menggunakan situs jejaring sosial berdasarkan frekuensi dan durasi penggunaan.^{4,5}

Intensitas penggunaan situs jejaring sosial memiliki pengaruh terhadap prestasi akademis,⁶ fungsi keluarga,⁷ kepercayaan diri,⁸ kualitas hidup,⁹ dan kesehatan psikologis seperti kecemasan.^{10,11} Kecemasan adalah pengalaman afektif yang tidak menyenangkan disertai perilaku menghindar terhadap suatu peristiwa.¹² Gejala kecemasan terdiri dari (1) gejala fisik yaitu perubahan frekuensi jantung, mual, muntah, ketegangan otot, berkeringat, dan napas cepat; (2) gejala psikologis yaitu khawatir, bingung, ketakutan, ketidakmampuan mengatasi masalah, dan penurunan tingkat konsentrasi; dan (3) gejala *behavioural* yaitu perubahan perilaku, perilaku menghindar, dan dependen.¹³ Situs jejaring sosial seperti dua sisi mata uang, di satu sisi memberikan berbagai manfaat dan di sisi lain memberikan dampak negatif bagi penggunaannya.¹⁴

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan rancangan *cross sectional* dimana mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2012) Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro sebagai subjek penelitian. Penelitian ini telah dilaksanakan di lingkungan kampus Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang pada bulan April-Mei 2016.

Subjek penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir (angkatan 2012) Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro yang memenuhi kriteria yaitu tidak mengalami gangguan jiwa ataupun sedang dalam terapi untuk gangguan jiwa dan minimal memiliki satu akun situs jejaring sosial aktif. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *total sampling* dan didapatkan 211 mahasiswa yang bersedia menjadi subyek penelitian.

Variabel bebas penelitian adalah intensitas penggunaan situs jejaring sosial yang diukur dengan kuesioner *Social Network Time Usage Scale (SONTUS)*. Variabel terikat penelitian adalah tingkat kecemasan yang diukur dengan kuesioner *Zung Self-rating Anxiety Scale (ZSAS)*. Uji statistik yang digunakan adalah uji non parametrik yaitu uji *Cramer's V* dan uji *Spearman*.

HASIL

Tabel 1. Hubungan Faktor Demografi Mahasiswa Tingkat Akhir dengan Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial

Variabel	Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial				ρ	r _s
	Ringan	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi		
Jenis Kelamin						
Pria	33 (44,6%)	20 (20,2%)	13 (36,1%)	1 (50%)	0,006*	0,124 ^{pc}
Wanita	41 (55,4%)	79 (79,8%)	23 (63,9%)	1 (50%)		
IMT						
Underweight	16 (21,6%)	13 (13,1%)	8 (22,2%)	0 (0%)	0,205	0,057 ^π
Normal	44 (59,5%)	71 (71,7%)	17 (47,2%)	2 (100%)		
Overweight	10 (13,5%)	11 (11,1%)	9 (25%)	0 (0%)		
Obesitas	4 (5,4%)	4 (4,0%)	2 (5,6%)	0 (0%)		
IPK						
Rendah	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0,169	0,066 ^π
Sedang	6 (8,1%)	1 (1%)	5 (13,9%)	0 (0%)		
Tinggi	36 (43,2%)	52 (46,5%)	21 (27,8%)	1 (50%)		
Sangat Tinggi	32 (35,1%)	46 (46,9%)	10 (17,1%)	1 (50%)		
Uang Saku						
Rendah	6 (8,1%)	6 (6,1%)	0 (0%)	0 (0%)	0,074	0,100 ^π
Sedang	18 (24,3%)	26 (26,3%)	7 (13,7%)	0 (0%)		
Tinggi	31 (41,9%)	45 (45,5%)	17 (47,2%)	0 (0%)		
Sangat Tinggi	19 (25,7%)	22 (22,2%)	12 (33,3%)	2 (100%)		

Keterangan : ϕ_c Uji Cramer's V
 π Uji Spearman

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan jenis kelamin, indeks massa tubuh, dan uang saku berkorelasi positif sangat lemah dengan intensitas penggunaan situs jejaring sosial. Sedangkan indeks prestasi kumulatif berkorelasi negatif sangat lemah dengan intensitas penggunaan situs jejaring sosial. Jenis kelamin memiliki korelasi yang signifikan dengan intensitas penggunaan situs jejaring sosial. Sedangkan indeks massa tubuh, indeks prestasi kumulatif, dan uang saku tidak signifikan berkorelasi dengan intensitas penggunaan situs jejaring sosial.

Tabel 2. Hubungan Faktor Demografi Mahasiswa Tingkat Akhir dengan Kecemasan

Variabel	Tingkat Kecemasan				ρ	r_s
	Tidak Cemas	Ringan	Sedang	Berat		
Jenis Kelamin						
Pria	41 (42,7%)	26 (22,8%)	0 (0%)	0 (0%)	0,007*	0,218 ^{ϕ_c}
Wanita	55 (57,3%)	88 (77,2%)	1 (100%)	0 (0%)		
IMT						
Underweight	21 (21,9%)	16 (14,0%)	0 (0%)	0 (0%)	0,05*	0,114 ^{π}
Normal	60 (62,5%)	73 (64,0%)	1 (100%)	0 (0%)		
Overweight	11 (11,5%)	19 (16,7%)	0 (0%)	0 (0%)		
Obesitas	4 (4,2%)	6 (5,3%)	0 (0%)	0 (0%)		
IPK						
Rendah	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0,131	-0,078 ^{π}
Sedang	5 (5,2%)	7 (6,1%)	0 (0%)	0 (0%)		
Tinggi	46 (47,9%)	64 (56,1%)	0 (0%)	1 (50%)		
Sangat Tinggi	45 (46,9%)	43 (37,7%)	1 (100%)	1 (50%)		
Uang Saku						
Rendah	8 (8,3%)	4 (3,5%)	0 (0%)	0 (0%)	0,301	0,036 ^{π}
Sedang	20 (20,8%)	30 (26,3%)	1 (100%)	0 (0%)		
Tinggi	46 (47,9%)	47 (41,2%)	0 (0%)	0 (0%)		
Sangat Tinggi	22 (22,9%)	33 (28,9%)	0 (0%)	0 (0%)		

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan jenis kelamin, indeks massa tubuh, dan uang saku berkorelasi positif sangat lemah dengan tingkat kecemasan. Sedangkan indeks prestasi kumulatif berkorelasi negatif sangat lemah dengan tingkat kecemasan. Jenis kelamin dan indeks massa tubuh memiliki korelasi yang signifikan dengan tingkat kecemasan. Sedangkan indeks prestasi kumulatif dan uang saku tidak signifikan berkorelasi dengan tingkat kecemasan

Tabel 3. Hubungan Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial

Variabel	Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial				ρ	r_s
	Ringan	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi		
Tingkat Kecemasan						
Tidak Cemas	61 (82,4%)	29 (29,3%)	6 (16,7%)	0 (0%)	0,000*	0,537 ^π
Ringan	13 (17,6%)	70 (70,7%)	29 (80,6%)	2 (100%)		
Sedang	0 (0%)	0 (0%)	1 (2,8%)	0 (0%)		
Berat	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)		

Intensitas penggunaan situs jejaring sosial memiliki korelasi positif signifikan berkekuatan sedang dengan tingkat kecemasan.

PEMBAHASAN

Jenis kelamin memiliki hubungan yang signifikan meskipun sangat lemah dengan intensitas penggunaan situs jejaring sosial dengan koefisien signifikansi sebesar 0,006 dan koefisien korelasi sebesar 0,242. Sehingga dalam penelitian ini hipotesis mengenai jenis kelamin berpengaruh terhadap intensitas penggunaan situs jejaring sosial dapat diterima. Menurut penelitian Hargittai dan Hsieh, wanita memiliki kecenderungan untuk berinteraksi dan berkomunikasi lebih tinggi dibandingkan pria di situs jejaring sosial¹⁵

Indeks massa tubuh tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan intensitas penggunaan situs jejaring sosial dengan koefisien signifikansi 0,205 dan koefisien korelasi yang sangat lemah sebesar 0,057. Sehingga hipotesis mengenai intensitas penggunaan situs jejaring sosial mempengaruhi indeks massa tubuh tidak dapat diterima. Ketidaksesuaian ini dapat disebabkan oleh responden penelitian tetap melakukan aktivitas fisik melalui aktivitas hobi.¹⁶

Indeks prestasi kumulatif tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan intensitas penggunaan situs jejaring sosial dengan koefisien signifikansi sebesar 0,169 dan koefisien korelasi sangat lemah sebesar -0,066. Sehingga hipotesis mengenai intensitas penggunaan situs jejaring sosial mempengaruhi indeks prestasi kumulatif tidak dapat diterima. Responden dengan indeks prestasi kumulatif lebih tinggi menghabiskan waktu lebih banyak dalam menggunakan situs jejaring sosial. Hal ini dapat disebabkan oleh keberhasilan responden melakukan manajemen waktu dan skala prioritas yang tepat.¹⁷

Uang saku juga tidak memiliki hubungan signifikan dengan intensitas penggunaan situs jejaring sosial dengan koefisien signifikansi 0,074 dan koefisien korelasi sangat lemah yaitu 0,100. Sehingga hipotesis mengenai uang saku mempengaruhi intensitas penggunaan situs jejaring sosial tidak dapat diterima. Hubungan yang tidak signifikan ini dapat terjadi karena setiap responden memiliki perangkat elektronik yang dapat digunakan untuk mengakses situs jejaring sosial (telepon genggam, *tablet PC*, *laptop*, dan *desktop PC*) dan mudahnya akses internet yang berasal dari operator selular, *home internet*, dan wifi publik.¹⁸ Telepon genggam sebagai perangkat elektronik yang sangat memudahkan untuk mengakses situs jejaring sosial dan tidak ada responden lagi yang mengunjungi warnet untuk mengakses situs jejaring sosial.¹⁹

Intensitas penggunaan situs jejaring sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir dengan koefisien signifikansi 0,000 dan koefisien korelasi berkekuatan sedang sebesar 0,537. Sehingga hipotesis penelitian mengenai intensitas penggunaan situs jejaring sosial berpengaruh terhadap kecemasan dapat diterima. Terdapat hasil dimana seluruh responden yang memiliki intensitas penggunaan situs jejaring sosial sangat tinggi memiliki tingkat kecemasan ringan. Hal tersebut dapat disebabkan responden tersebut memiliki kepribadian introvert sehingga komunikasi dan interaksi dengan individu lain lebih nyaman apabila dilakukan melalui situs jejaring sosial dibandingkan dengan komunikasi secara langsung.²⁰

SIMPULAN

Responden dalam penelitian ini memiliki gambaran demografi yang bervariasi. Responden dalam penelitian ini mayoritas memiliki tingkat kecemasan ringan sebesar 54%. Responden dalam penelitian ini mayoritas menggunakan situs jejaring sosial dengan intensitas sedang (46,9%). Intensitas penggunaan situs jejaring sosial sendiri memiliki

hubungan terhadap kecemasan. Semakin tinggi intensitas penggunaan situs jejaring sosial maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan seseorang. Faktor demografi yang berhubungan intensitas penggunaan situs jejaring sosial hanya faktor jenis kelamin. Didapatkan wanita memiliki intensitas penggunaan situs jejaring sosial lebih tinggi dibandingkan pria. Faktor demografi lain seperti indeks massa tubuh, indeks prestasi kumulatif, dan uang saku tidak memiliki hubungan dengan intensitas penggunaan situs jejaring sosial. Faktor demografi yang berhubungan intensitas penggunaan situs jejaring sosial adalah faktor jenis kelamin dan indeks massa tubuh. Faktor demografi lain seperti indeks prestasi kumulatif dan uang saku tidak memiliki hubungan dengan intensitas penggunaan situs jejaring sosial.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada dr. Widodo Sarjana AS, M.KM, Sp.KJ dan Prof. Tri Nur Kristina, DMM, M.Kes dan pihak-pihak lain yang telah membantu hingga penelitian dan penulisan artikel ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Shaw AM, Timpano KR, Tran TB, Joormann J. Correlates of facebook usage patterns: The relationship between passive Facebook use, social anxiety symptoms, and brooding. *Computers in Human Behavior*. 2015;48:575-580. doi:10.1016/j.chb.2015.02.003.
2. Ellison NB, Steinfeld C, Lampe C. TOIL: The benefits of Facebook "friends:" Social capital and college students use of online social network sites. *Journal of Computer-Mediated Communication*. 2007;12(4):1143-1168. doi:DOI: 10.1111/j.1083-6101.2007.00367.x.
3. Boyd DM, Ellison NB. Social network sites: definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*. 2007;13(1):210-230. doi:10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x.
4. Novianto I. Perilaku penggunaan internet di kalangan mahasiswa. *Journal Universitas Airlangga*. 2013;2(1):1-40.
5. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Kamus Besar Bahasa Indonesia. In: *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. ; 2008:68.
6. Yang SC, Tung CJ. Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*. 2007;23(1):79-96. doi:10.1016/j.chb.2004.03.037.
7. Ko C-H, Yen J-Y, Chen C-C, Chen S-H, Yen C-F. Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *The Journal of nervous and mental disease*. 2005;193(4):273-277. doi:10.1097/01.nmd.0000158373.85150.57.

8. Chen W, Lee K-H. Sharing, liking, commenting, and distressed? the pathway between facebook interaction and psychological distress. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2013;16(10):728-734. doi:10.1089/cyber.2012.0272.
9. Bevan JL, Gomez R, Sparks L. Disclosures about important life events on Facebook: Relationships with stress and quality of life. *Computers in Human Behavior*. 2014;39:246-253. doi:10.1016/j.chb.2014.07.021.
10. Young KS, Rodgers RC. The relationship between depression and internet addiction. *Cyberpsychology and Behavior*. 1998;1(1):25-28. doi:10.1089/cpb.1998.1.25.
11. Lai CM, Mak KK, Watanabe H, et al. The mediating role of Internet addiction in depression, social anxiety, and psychosocial well-being among adolescents in six Asian countries: a structural equation modelling approach. *Public Health*. 2015;129(9):1224-1236. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.puhe.2015.07.031.
12. Stein DJ, Hollander E, Rothbaum BO. Anxiety disorders. In: *Textbook of Anxiety Disorder*. 2nd ed. Washington DC: American Psychiatric Publishing, Inc.; 2009:104.
13. Hyman BM, Pedrick C. Anxiety Definition. In: *Anxiety Disorder*. Minneapolis: Twenty-First Century Books; 2005:11.
14. Fox J, Moreland JJ. The dark side of social networking sites: An exploration of the relational and psychological stressors associated with Facebook use and affordances. *Computers in Human Behavior*. 2015;45:168-176. doi:10.1016/j.chb.2014.11.083.
15. Hargittai E, Hsieh YP. Predictors and consequences of differentiated practices on social network sites. *Information, Communication & Society*. 2010;13(4):515-536. doi:10.1080/13691181003639866.
16. University of Ulster. Do social networking web sites make you fat? Science News. <https://www.sciencedaily.com/releases/2012/09/120910112352.htm>. Published 2012. Accessed June 14, 2016.
17. Tayseer M, Zoghieb F, Alcheikh I, Awadallah MNS. Social Network : Academic and Social Impact on College Students. *Petroleum Institute*. 2014.
18. Thuseethan S. Mobile Social Media for Sri Lankan Public and Private Higher Educational Institutions. *Sabaragamuwa University of Sri Lanka*. 2015;5(2):42-49.
19. Perez S. Social Networking Now More Popular on Mobile than Desktop. Read Write Devices. http://readwrite.com/2010/02/18/social_networking_now_more_popular_on_mobile_than_desktop/. Published 2010. Accessed June 14, 2016.
20. Lu H-P, Hsiao K-L. The influence of extro/introversion on the intention to pay for social networking sites. *Information & Management*. 2010;47(3):150-157. doi:http://dx.doi.org/10.1016/j.im.2010.01.003.