

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada era globalisasi dan teknologi ini, media sosial yang semakin beragam mengakibatkan beberapa dampak bagi penggunanya. Berbagai macam Jenis aplikasi media sosial yaitu *facebook, twitter, instagram, youtube, snapchat, line, telegram, tiktok* dan lain sebagainya. Media sosial semakin memudahkan pengguna dengan fitur-fitur menarik sehingga orang-orang tidak mudah lepas dari media sosial (Sitau, 2020).

Media sosial yang paling sering digunakan di Indonesia yang pertama *youtube* menjadi *platform* yang paling sering digunakan pengguna media sosial di Indonesia berusia 16 hingga 64 tahun. Persentase pengguna yang mengakses *Youtube* mencapai 88%. Media sosial yang paling sering diakses selanjutnya adalah *WhatsApp* sebesar 84%, *Facebook* sebesar 82%, dan *Instagram* 79%. Sebagai informasi, rata-rata waktu yang dihabiskan masyarakat Indonesia untuk mengakses sosial media selama 3 jam 26 menit. Total pengguna aktif sosial media sebanyak 160 juta atau 59% dari total penduduk Indonesia. 99% pengguna media sosial berselancar melalui *ponsel* atau *smartphone* (We Are Social, Hotsuite. 2020).

Pengguna aktif media sosial di Indonesia termasuk orang dari berbagai usia dan generasi. Hal tersebut dibuktikan oleh laporan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) yang menunjukkan bahwa generasi muda yang dikenal sebagai milenial merupakan pengguna aktif media sosial di Indonesia saat ini, dengan penggunaannya mencapai sekitar 88,5%. Kemudian ada kelompok umur

lainnya, mulai dari 25 sampai 29 tahun mencapai 82,7%, kemudian 30 sampai 34 tahun yang menggunakan media sosial mencapai 76,5%, dan terakhir 35 sampai 39 tahun dengan penggunaan media sosial minimal 68,5%. Berdasarkan data tersebut terlihat bahwa generasi milenial mendominasi penggunaan media sosial karena paling aktif dalam menggunakan media sosial (Sutjipto & Novanra, 2020).

Laporan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2020), pengguna internet di Provinsi Gorontalo pada tahun 2018 berjumlah sebanyak 583,050 juta orang serta pada tahun 2019 sampai dengan tahun 2020 pengguna internet di Gorontalo berjumlah 667,018 juta orang. Persentase pengguna internet per-jumlah Penduduk Ibukota Provinsi Di Sulawesi 2019-2020 khususnya di Gorontalo mencapai 50%. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistika (2019), dilihat dari tujuan penggunaan mengakses internet di Gorontalo, tujuan penggunaan internet didominasi untuk penggunaan media sosial dengan presentase 85,61% sedangkan tujuan penggunaan internet lainnya digunakan untuk mengerjakan tugas sekolah maupun tugas kuliah (28,87 %), serta mendapat informasi/berita sebesar 58,41%.

Setiap media sosial memiliki kelebihan masing-masing sehingga menarik banyak perhatian orang. Namun pesatnya perkembangan media sosial menyebabkan banyak mahasiswa lalai dalam menggunakan media sosialnya sendiri bahkan menghabiskan waktunya di media sosial (Hutabarat, 2020). Media sosial memiliki dampak positif dan keuntungannya sendiri diantaranya yaitu dapat menjalin hubungan sebagai wadah untuk memberi dan menerima informasi. Selain memiliki keuntungan media sosial juga mempunyai dampak negatif diantaranya individu menjadi tidak produktif, menjadi pribadi yang malas (Sitau, 2020).

Banyak kasus penyalahgunaan situs jejaring sosial tidak hanya siswa, para mahasiswa pun tidak luput dari dampak situs jejaring sosial ini. Menurut penelitian terbaru dari Karpinski Ayrin peneliti dari *Ohio State University*, menunjukkan bahwa para mahasiswa pengguna aktif jejaring sosial seperti *facebook* ternyata mempunyai nilai yang lebih rendah daripada para mahasiswa yang tidak menggunakan situs jejaring sosial *facebook*. Dari 219 mahasiswa yang diriset oleh Karpinski, 148 mahasiswa pengguna situs *facebook* ternyata memiliki nilai yang lebih rendah dari pada mahasiswa non pengguna. Menurut Karpinski, memang tidak ada korelasi secara langsung antara jejaring sosial seperti *facebook* yang menyebabkan nilai para mahasiswa atau pelajar menjadi jelek. Namun diduga jejaring sosial telah menyebabkan waktu belajar para siswa atau mahasiswa tersita oleh keasyikan berselancar di situs jejaring sosial tersebut.

Penggunaan media sosial dikalangan mahasiswa memiliki dampak positif dan dampak negatif. Dampak positif pengguna media sosial diantaranya adalah banyak para mahasiswa yang juga dapat mempererat tali persaudaraan dimana seseorang dapat tetap saling berkomunikasi walaupun jaraknya jauh, memperbanyak teman, mengembangkan diri melalui teman-teman yang mereka jumpai secara *online*, memudahkan para remaja dan dewasa untuk saling berbagi perhatian. Dampak negatif dari pengguna media sosial adalah dapat membahayakan kesehatan karena memicu orang untuk mengisolasi diri. Selain itu, dampak negatif dari penggunaan media sosial dikalangan para mahasiswa diantaranya adalah banyak para mahasiswa yang kecanduan untuk menggunakan media sosial tanpa mengenal waktu sehingga menurunkan produktifitas dan rasa sosial diantara sesama teman

pun berkurang, serta banyak para mahasiswa yang lebih suka berhubungan lewat media sosial dibandingkan bertemu dengan teman-temannya dan yang lebih parah lagi mereka yang kecanduan susah untuk berkomunikasi dengan yang lain (Nabila, Nurudin, & Octavia, 2020).

Dampak lebih serius penggunaan media sosial dengan intensitas tinggi dapat menyebabkan kecanduan terutama pada mahasiswa. Oleh karena itu dapat menyebabkan berbagai efek negatif, seperti menghabiskan banyak waktu untuk bermain media sosial, pekerjaan rumah yang belum selesai, absen di kelas, tidur selama jam pelajaran, Ketidaktahuan belajar, hambatan dan hilangnya hubungan sosial Secara langsung karena mereka lebih menarik melalui media sosial (Hartinah, Sriati, Kosasih 2019).

Temuan terbaru dari Khasif, Rehman dan Javed (2020) menunjukkan bahwa masa pandemi COVID-19 atau *Corona Virus Disease 2019* ini membuat penggunaan media sosial sebagian besar orang lebih tinggi dari sebelumnya. Dikarenakan adanya anjuran untuk tetap dirumah. Sebagian orang cenderung lebih sering mengakses media sosial untuk mengisi waktu luang mereka dan menjadi kecanduan media sosial.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa di era ini media sosial lebih aktif digunakan oleh manusia, tidak terkecuali masyarakat Indonesia. Pada tahun 2020 *We Are Society* melaporkan bahwa total 175,4 juta orang di negara ini menggunakan Internet yang mengindikasikan peningkatan penggunaan dibandingkan tahun sebelumnya. Dikalangan pelajar dan mahasiswa media sosial telah menjadi candu. Mahasiswa pasti akan menggunakan media sosial setiap hari

dan tidak pernah meninggalkan *SmartPhone* mereka bahkan menggunakannya selama hampir 24 jam.

Seseorang dikatakan kecanduan media sosial jika menimbulkan perilaku tertentu. Griffith membagi enam kriteria diagnosis untuk mengetahui tingkat gejala kecanduan media Sosial. Enam kriteria tersebut yaitu *salience* atau aktivitas *online* media sosial yang mendominasi pemikiran, *mood modification* atau strategi pelarian diri dari masalah sehingga penggunaan media sosial dapat memodifikasi perasaan penggunanya, dan *tolerance* atau peningkatan aktivitas *online* dalam media sosial. Kriteria lainnya yaitu *Withdrawal symptom* atau perasaan tidak menyenangkan saat tidak mengakses media sosial, *conflict* atau konflik internal dan eksternal yang terjadi akibat aktivitas *online* media sosial, serta *relapse* atau pengulangan kembali suatu aktivitas *online* media sosial yang telah lama tidak dilakukan (Griffith 2000 dalam Hartinah et al., 2019).

Kecanduan media sosial merupakan masalah yang menarik banyak perhatian dari orang-orang sekitar karena seseorang dapat mengakses media sosial dari *portabel* dengan lebih mudah dan lebih sering daripada sebelumnya. Kecanduan media sosial secara luas dapat didefinisikan sebagai ketergantungan psikologis pada penggunaan media sosial yang mengganggu aktivitas penting lainnya dan memiliki konsekuensi negatif (Moqbel & Kock, 2018). Menurut penelitian Andreassen (2015), orang dengan kecanduan media sosial secara berlebihan dapat berdampak negatif pada kesehatan, kualitas tidur, hubungan *interpersonal*, dan kebahagiaan. Penggunaan media sosial yang berlebihan juga terbukti berkorelasi positif dengan depresi, kecemasan dan stres.

Studi pendahuluan yang dilakukan melalui media *Google Form* pada 23 mahasiswa keperawatan Universitas Negeri Gorontalo, didapatkan hasil bahwa 23 mahasiswa yang diwawancarai mengaku sangat menyukai aplikasi media sosial. 15 mahasiswa paling sering melakukan aktivitas *chatting* di *whatsapp*, 4 mahasiswa lainnya sering membuka *instagram*, 2 mahasiswa lainnya membuka *facebook* serta 2 mahasiswa lainnya lebih suka melihat *tiktok* dan *youtube*. 13 mahasiswa mengatakan dalam sehari dapat mengakses media sosial lebih dari 10 kali, hal tersebut menunjukkan gejala kecanduan yaitu *salience* atau aktivitas *online* media sosial yang mendominasi seseorang.

Sebanyak 18 mahasiswa merasa kesepian dan kebingungan saat tidak mengakses media sosial dan 16 mahasiswa mengatakan panik karena takut ketinggalan informasi pada saat tidak *online* media sosial hal tersebut menunjukkan kriteria gejala *withdrawl symptom* atau perasaan tidak menyenangkan saat tidak mengakses media sosial.

Keluhan lain yang dirasakan menunjukkan kriteria gejala kecanduan media sosial *konflik* diantaranya 18 mahasiswa mengaku sering tidak fokus ketika temannya mengajak berbicara, 22 mahasiswa mengatakan tidak fokus belajar dikelas ketika sedang sembunyi-sembunyi bermain media sosial, 15 mahasiswa mengatakan sering menunda mengerjakan tugas karena terlalu asik *chattingan* dan terlalu asik bermain media sosial. 11 mahasiswa mengatakan sering menunda makan karena terlalu asik menggunakan media sosial. Awalnya mereka makan tiga kali dalam sehari, tetapi sekarang menjadi dua hingga satu kali dalam sehari dengan jam makan yang tidak teratur. Hal tersebut terlalu menarik untuk ditinggalkan

walaupun hanya sekedar untuk makan. Pola tidur juga mengalami gangguan, yaitu berkurangnya waktu tidur dikarenakan mereka begadang hingga larut malam untuk mengakses media sosial. Terakhir, penggunaan media sosial yang sering dengan frekuensi yang lama dapat menyebabkan rasa lelah dan tak jarang membuat mata menjadi kering, perih dan kepala menjadi pusing.

Berdasarkan data yang didapatkan dari studi pendahuluan pada mahasiswa keperawatan maka peneliti ingin melakukan penelitian pada mahasiswa keperawatan karena merupakan calon tenaga kesehatan profesional yang harus bertanggung jawab terhadap peran dan fungsi keperawatan. Salah satu peran dan fungsi tersebut mahasiswa harus mampu mengembangkan dan menyebarluaskan ilmu kesehatan, khususnya ilmu keperawatan dalam upaya mencapai penyelesaian masalah kesehatan klien baik secara individu, maupun masyarakat secara luas. Perawat bertanggung jawab terhadap peningkatan derajat kesehatan seseorang tidak hanya berfokus pada masalah fisik tetapi juga dalam masalah psikologis. Apabila psikologis mahasiswa keperawatan terganggu, maka mahasiswa keperawatan akan mengalami hambatan dalam memberikan asuhan keperawatan. Sehingga sebagai calon perawat profesional dirinya terlebih dahulu harus sehat secara fisik maupun psikologis seperti salah satunya terhindar dari kecanduan media sosial serta harus menggunakan media sosial secara bijak yang mengarah bagi kesehatan (Hartinah et al., 2019).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti belum menemukan adanya penelitian mengenai kecanduan media sosial pada mahasiswa keperawatan Universitas Negeri Gorontalo sehingga peneliti tertarik untuk meneliti Gambaran

Tingkat Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disusun sebelumnya, maka didapatkan identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Media sosial yang paling sering digunakan di Indonesia yang pertama *youtube* menjadi *platform* yang paling sering digunakan pengguna media sosial di Indonesia berusia 16 hingga 64 tahun. Persentase pengguna yang mengakses *Youtube* mencapai 88%. Media sosial yang paling sering diakses selanjutnya adalah *WhatsApp* sebesar 84%, *Facebook* sebesar 82%, dan *Instagram* 79%. Sebagai informasi, rata-rata waktu yang dihabiskan masyarakat Indonesia untuk mengakses sosial media selama 3 jam 26 menit.
2. Laporan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) yang menunjukkan bahwa generasi muda yang dikenal sebagai milenial merupakan pengguna aktif media sosial di Indonesia saat ini, dengan penggunaannya mencapai sekitar 88,5%.
3. Laporan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (2020), pengguna internet di Provinsi Gorontalo pada tahun 2018 berjumlah sebanyak 583,050 juta orang serta pada tahun 2019 sampai dengan tahun 2020 pengguna internet di Gorontalo berjumlah 667,018 juta orang. Persentase pengguna internet per-jumlah Penduduk Ibukota Provinsi Di Sulawesi 2019-2020 khususnya di Gorontalo mencapai 50%. dilihat dari

tujuan penggunaan mengakses internet di Gorontalo, tujuan penggunaan internet didominasi untuk penggunaan media sosial dengan presentase 85,61% sedangkan tujuan penggunaan internet lainnya digunakan untuk mengerjakan tugas sekolah maupun tugas kuliah (28,87 %), serta mendapat informasi/berita sebesar 58,41%.

4. Banyak kasus penyalahgunaan situs jejaring sosial tidak hanya siswa, para mahasiswa pun tidak luput dari dampak situs jejaring sosial ini. Menurut penelitian terbaru dari Karpinski Ayrin peneliti dari *Ohio State University*, menunjukkan bahwa para mahasiswa pengguna aktif jejaring sosial seperti *facebook* ternyata mempunyai nilai yang lebih rendah daripada para mahasiswa yang tidak menggunakan situs jejaring sosial *facebook*.

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran tingkat kecanduan media sosial pada mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo?

1.4 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui tingkat kecanduan media sosial pada mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Sebagai informasi dan masukan bagi jurusan dalam upaya membina kesehatan mental mahasiswa untuk mencegah dan mengatasi kecanduan media sosial. Serta penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan bahan pertimbangan bagi petugas kesehatan, khususnya perawat untuk melihat kecanduan media sosial menjadi suatu masalah serius yang harus segera diatasi. Perawat dapat memberikan asuhan keperawatan secara utuh dan menyeluruh kepada mahasiswa yang mengalami kecanduan media sosial.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai masukan bagi institusi pendidikan khususnya jurusan Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo dalam merencanakan pendidikan kesehatan dan intervensi mengenai kecanduan media sosial serta mengantisipasi bahaya kecanduan media sosial sehingga perawat dapat memberikan asuhan keperawatan secara menyeluruh dan tidak hanya mengenai perawatan fisik tetapi juga psikologis klien yang nantinya perawat dapat mengahdapi, merawat dan memberikan terapi bagi klien yang mengalami masalah psikologis kecanduan sosial.

2. Bagi Pelayanan Keperawatan

Penelitian ini berguna sebagai data awal bagi pelayanan keperawatan sebagai salah satu upaya dalam membantu melakukan pencegahan pada mahasiswa yang mengalami kecanduan media sosial tingkat rendah dengan menjalankan peran pendidik (educator) serta melakukan penanganan kepada mahasiswa yang memiliki kecanduan media sosial tingkat tinggi dengan menjalankan peran sebagai konsultan

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai data awal atau referensi untuk penelitian lebih lanjut terkait kecanduan media sosial pada mahasiswa.