

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kemajuan teknologi memang tidak dapat dibendung lagi. Salah satu kemajuan teknologi yaitu adanya berbagai *flatform* media sosial. Dengan adanya media sosial, sebagai makhluk sosial, manusia memiliki kemampuan untuk berinteraksi dengan individu lainnya dengan mudah. Media sosial didesain untuk memperluas jaringan sosial serta komunikasi. Menurut Gita (2017) media sosial memberikan kemudahan dalam penyebaran informasi serta komunikasi. Di Indonesia, jumlah pengguna media sosial mengalami peningkatan yang signifikan setiap tahunnya. Menurut laporan survey yang dirilis oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), pada tahun 2018, jumlah pengguna internet di tanah air mencapai 171,17 juta, dari total populasi 264,14 juta. Pada tahun tersebut, laju penetrasi internet meningkat sebesar 10,12% atau setara dengan 27,9 juta pengguna baru (DetikInet, 2020).

Selanjutnya, pandemi Covid-19 melanda dunia pada akhir 2019 hingga awal 2022. Pada masa itu semua orang menerapkan sistem pembatasan sosial atau interaksi serta *physical distancing*. Maka, dengan adanya *flatform* media sosial ini sangatlah membantu para karyawan, anak sekolah serta orang-orang yang tidak dapat berinteraksi secara langsung namun mereka diharuskan terlibat dalam kegiatan. Salah satu fenomena inilah yang menjadi alasan logis bahwa media sosial mengalami peningkatan dalam hal jumlah pengguna dan dalam hal lama waktu yang mereka pakai guna memanfaatkan media sosial ini.

Pula *flatform* media sosial lainnya dengan berbagai fungsi yang sangat diperlukan. Karena pada masa itu ketergantungan internet pada masyarakat meningkat lima kali lipat. Terdapat peningkatan ketergantungan remaja terhadap media sosial sebanyak 19,3% dengan waktu penggunaan rata-rata 11,6 jam per hari (Media Indonesia, 2020). Penting untuk diingat bahwa media sosial, seperti teknologi lainnya, memiliki dampak positif serta negatif terhadap berbagai aspek kehidupan, khususnya kesehatan mental penggunanya. Mengingat mayoritas pengguna media sosial adalah remaja, serta masa remaja adalah fase kritis untuk perkembangan emosional serta psikososial, dampak ini menjadi sangat signifikan.

Penelitian yang dilakukan oleh Nita Siti Mudawamah pada tahun 2020 tentang Perilaku Pengguna Internet, menunjukkan bahwa semua koresponden yang telah diwawancarai menggunakan media sosial seperti *twitter*, *whatsapp*, *instagram*, *snaphatt*, serta *facebook*. Selain itu, dalam penelitian yang berjudul “Motif Remaja dalam Menggunakan Media Baru” menunjukkan bahwa sebanyak 41% koresponden senantiasa melangsungkan kegiatan online di internet. Paling banyak mengakses dunia internet atau media sosial ini yakni remaja (Pramiyanti, 2014). Pengguna media sosial dalam kehidupan telah terbukti mempengaruhi karakteristik penggunaan teknologi dan aktivitas penggunaan media sosial secara signifikan (Doni, 2017).

Remaja yang aktif dalam penggunaan media sosial juga ternyata dapat membentuk karakteristik mereka. Penelitian yang berjudul “Fenomena Remaja Menggunakan Media Sosial dalam Membentuk Identitas” Para remaja sering

menggunakan media sosial sebagai sarana untuk memperlihatkan aspek-aspek positif dari diri mereka. Kecenderungan ini mengarah pada upaya untuk menciptakan kesan yang menguntungkan di dalam lingkungan media sosial (Ayun, 2015).

Kendati demikian, tidak jarang ada penggunaan media justru berdampak negatif terhadap beberapa hal. Contohnya adalah dampak pada kesehatan mental. Pernyataan tersebut adalah fakta yang dibuktikan dengan hasil studi oleh Fardouly (2020) yang mengatakan bahwasannya pengguna media sosial seringkali merasa buruk pada citra tubuh mereka. Mereka selalu membandingkan diri mereka baik dari penampilan ataupun aspek lainnya. Mereka juga rentan terkena gejala depresi serta kecemasan sosial. Ini selaras dengan penelitian literatur yang berjudul *A systematic review : "the influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents"* menunjukkan bahwa dampak dari konsumsi media sosial terhadap terganggunya kesehatan mental cukup besar terutama bagi kalangan para remaja. Dampaknya bukan hanya gejala depresi tetapi juga kecemasan serta tekanan psikologis (Keles, 2019).

Sebagaimana pemaparan di atas, pengguna media sosial telah menjangkau berbagai kalangan. Serta terutama generasi Z saat ini yang dianalogikan sebagai buah *Strawberry* yang memiliki bentuk indah nan warnanya cantik tapi tekstur di dalamnya sangat lembek dan rapuh (Aulia, 2022).

Siswa kelas 11 di SMA Negeri 1 Rancaekek merupakan usia remaja produktif yang tergolong masuk kategori sebagai *strawberry generation*. Siswa kelas 11 SMA Negeri 1 Rancaekek rata-rata pengguna aktif Instagram serta Tiktok. Terdapat banyak permasalahan pada sekolah tersebut yang menyangkut siswa kelas 11 terutama masalah kesehatan mental yang sedang *booming*. Tentunya, sangat ada kaitannya dengan kesehatan mental dengan penggunaan media sosial terutama Instagram serta Tiktok yang mempengaruhinya. Hal tersebut tentunya akan menjadi sebuah penelitian yang menarik untuk diteliti. Studi ini dilakukan guna mencari tahu seberapa berpengaruh pemakaian media sosial terutama instagram serta tiktok terhadap kesehatan mental pada *Strawberry Generation*. Serta apa yang menyebabkan terganggunya kesehatan mental para generasi *strawberry* ini ketika menggunakan Instagram serta Tiktok. Juga, penelitian ini mendeskripsikan bagaimana korelasi atau hubungan antara ketiganya dengan metode penelitian yang bersifat kuantitatif.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian di atas, maka yang menjadi rumusan masalah penelitian, yaitu sebagai berikut :

- 1) Bagaimanakah korelasi antara Instagram dan Tiktok, kesehatan mental dan *Strawberry Generation* Siswa kelas XI SMA Negeri 1 Rancaekek?

- 2) Bagaimanakah pengaruh penggunaan Instagram dan Tiktok terhadap kesehatan mental *Strawberry Generation* Siswa kelas XI SMA Negeri 1 Rancaekek?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian, adalah sebagai berikut:

- 1) Mengetahui korelasi antara Instagram dan Tiktok, kesehatan mental dan *Strawberry Generation* Siswa kelas XI SMA Negeri 1 Rancaekek.
- 2) Mengetahui pengaruh penggunaan Instagram dan Tiktok terhadap kesehatan mental *Strawberry Generation* Siswa kelas XI SMA Negeri 1 Rancaekek.

1.4 Kegunaan Penelitian

Kegunaan yang akan dihasilkan atau didapatkan dari penelitian, yaitu:

- 1) Secara Akademis

Dari penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan terkait hubungan dan pengaruh dari penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental. Dan sebagai bahan masukan kepada pihak sekolah untuk melakukan pengawasan kepada peserta didik dalam menggunakan media sosial secara positif. Serta sebagai masukan dalam meningkatkan mutu dan kualitas guru serta kreatifitas guru dengan bijak dalam menggunakan media sosial sehingga tidak terjadi gangguan kesehatan mental pada peserta didik.

2) Secara Praktis

Dari penelitian yang dilakukan diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan memperkaya pengetahuan pihak terkait yang memerlukan baik itu dari sekolah, orang tua maupun khalayak umum tentang pengaruh dan/ hubungan penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental. Bagi para remaja sendiri dapat mengekspresikan pendapat tentang media sosial dan kondisi jiwa yang sedang dialami mereka.

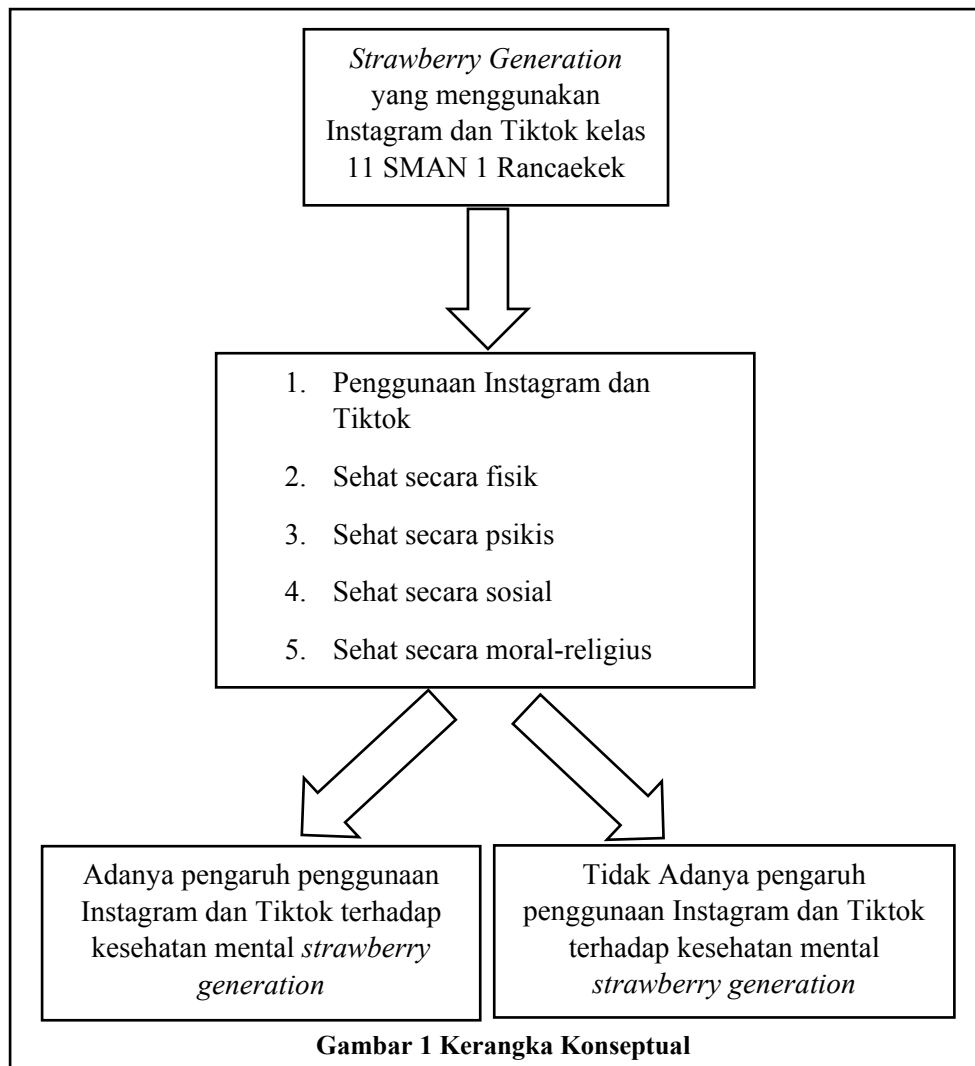
1.5 Kerangka Pemikiran

Peluncuran *platform* media sosial telah menciptakan fenomena yang mengejutkan. Baik anak-anak maupun orang dewasa kini hampir semua memiliki akun di berbagai media sosial seperti *Facebook*, *Instagram*, *YouTube*, *Twitter*, serta *TikTok*. Kebiasaan mereka dalam mengakses media sosial, meskipun dalam batas tertentu, telah mengalihkan perhatian banyak orang dari tanggung jawab utama mereka, yaitu belajar, baik materi umum maupun agama, khususnya Islam. Anak-anak usia sekolah lebih memilih menghabiskan waktu bermain di *Instagram*, berkomunikasi melalui *Whatsapp*, menggulir *TikTok*, atau menonton *YouTube* dibandingkan menyelesaikan tugas sekolah, mendengarkan penjelasan dari guru, serta belajar. Terlebih lagi, dengan kepemilikan ponsel pintar yang memudahkan akses internet, banyak anak yang cenderung mengabaikan pendidikan agama Islam. Siswa-siswa yang aktif di *Instagram* dan *TikTok* seringkali menggunakan *platform* tersebut untuk hiburan bersama teman sebaya atau orang yang baru mereka kenal, serta

mengunggah foto serta video pribadi. Padahal, media sosial seperti *Instagram* serta *TikTok* juga bisa dimanfaatkan untuk mencari informasi terkait pendidikan serta materi pelajaran.

Fenomena ini sering kali mengganggu minat belajar serta konsentrasi siswa, khususnya generasi muda, serta berdampak pada kondisi sikap, moral, mental, serta cara mereka menghadapi masalah. Kesehatan mental yang baik adalah kunci, karena ketika siswa tidak fokus serta merasa gelisah, hal ini dapat mempengaruhi proses belajar mengajar di kelas. Oleh sebab itu, penting guna membuat lingkungan yang kondusif guna menjaga kesehatan mental, agar proses pembelajaran dapat berlangsung dengan lebih efektif.

Dengan demikian, kerangka pemikiran dalam studi ini berfokus pada pengaruh penggunaan media sosial, terutama Instagram serta TikTok terhadap kesehatan mental *strawberry generation*. Dengan kata lain, diasumsikan bahwa interaksi yang positif di media sosial dapat mendukung kesehatan mental yang sehat, sementara penggunaan yang negatif dapat berdampak sebaliknya.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI
BANDUNG

1.6 Langkah-langkah Penelitian

Beberapa hal yang berkaitan dengan penelitian akan dibahas disini, diantaranya yaitu :

1) Lokasi Penelitian

Lokasi studi ialah objek tempat studi serta lokasi tempat melaksanakan kegiatan studi yang bermaksud untuk mempermudah mengungkap tujuan penelitian. Tempat yang akan menjadikan sebagai

tempat studi yaitu SMA Negeri 1 Rancaekek yang beralamat di Jl. Walini No.55, Bojongloa, Kec. Rancaekek, Kabupaten Bandung, Jawa Barat 40394. Sedangkan subjek penelitiannya adalah siswa-siswi kelas 11 SMA Negeri 1 Rancaekek.

2) Metode Penelitian

Metode studi yang dipilih ialah pendekatan kuantitatif, yang menitikberatkan pada penggunaan data numerik. Studi ini berangkat dari premis bahwasannya fakta serta perasaan ialah entitas yang terpisah dengan fokus pada realitas objektif yang dibangun melalui temuan fakta (Salim, 2014).

3) Jenis Data dan Sumber Data

a) Jenis Data

Jenis data yang digunakan pada studi ini ialah kuantitatif yang berbentuk naratif ataupun deskriptif. Adapun data yang diperlukan yaitu data-data mengenai para remaja yang aktif bermedia sosial.

b) Sumber Data

Sumber data sangat dibutuhkan pada studi kuantitatif, guna menghasilkan informasi serta berbagai data yang akan mendukung temuan ini. Sumber data berikut diperlukan:

(1) Sumber Data Primer

Sumber data primer dalam penelitian ini berasal dari responden yang terlibat secara langsung, memiliki informasi yang

dibutuhkan, serta bersedia menyediakan data tersebut secara langsung serta tepat. Oleh karena itu, responden yang dipilih adalah para siswa kelas 11 dari SMA Negeri 1 Rancaekek.

(2) Sumber Data Sekunder

Data sekunder atau data tambahan ini diperoleh secara tidak langsung dari beberapa sumber, seperti buku, skripsi, artikel, jurnal serta tulisan dari penelitian lain yang berkaitan dengan subjek penelitian.

4) Populasi dan Sampel

a) Populasi Penelitian

Menurut (Salim, 2014) mengatakan “Populasi merujuk pada seluruh fenomena atau unit yang menjadi fokus penelitian. Fenomena ini dapat mencakup objek nyata, konsep abstrak, peristiwa, atau gejala yang berfungsi sebagai sumber data serta memiliki karakteristik tertentu yang serupa.” Populasi dalam studi disini ialah siswa SMA Negeri 1 Rancaekek kelas 11 tahun ajaran 2023/2024 yang berjumlah 210 siswa.

Tabel 1 Jumlah Siswa SMAN 1 Rancaekek

Kelas	Jumlah
X-IPA-1	30
X-IPA-2	30
X-IPA-3	30
X-IPA-4	30

X-IPA-5	30
X-IPA-6	30
X-IPA-7	30

b) Sampel Penelitian

Penelitian kuantitatif membutuhkan pengambilan sampel dari populasi yang diteliti. Sampel itu sendiri adalah sebagian kecil dari populasi yang menjadi fokus analisis. Proses pengambilan sampel melibatkan pemilihan sejumlah elemen dari populasi yang dianggap cukup representatif, sehingga studi terhadap sampel tersebut serta pemahaman mengenai sifat atau karakteristiknya memungkinkan kita untuk menggeneralisasi temuan tersebut kepada seluruh populasi (Salim, 2014). Dalam menentukan jumlah sampel, peneliti sering mengacu pada formula yang dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto. Beliau menyatakan bahwa jika populasi penelitian berjumlah beberapa ratus subjek, maka sampel yang diambil sebaiknya berkisar antara 10-15% atau 20-25% dari total populasi tersebut. Jika jumlah anggota subjek dalam populasi hanya meliputi 100-150 orang, serta dalam pengumpulan datanya menggunakan angket, maka sebaiknya subjeknya diambil seluruhnya.

5) Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dijalankan untuk mendapatkan informasi yang diperlukan dalam mencapai tujuan dari penelitian. Teknik yang akan digunakan dalam pengumpulan data untuk penelitian ini adalah sebagai berikut:

a) Observasi

Metode observasi merupakan bentuk pengamatan yang dilakukan peneliti, baik secara langsung maupun tidak langsung, terhadap subjek penelitian. Observasi ini dapat dilaksanakan dengan menggunakan lembar observasi atau panduan observasi. Tujuan pengamatan adalah untuk mengumpulkan informasi tentang ruang (tempat), pelaku, aktivitas, objek, tindakan, kejadian atau peristiwa, waktu serta emosi (Salim, 2014). Dalam rangka memenuhi kebutuhan tersebut, peneliti mengumpulkan informasi tentang sejarah serta profil sekolah, termasuk kondisi fasilitas, tenaga pendidik serta kependidikan, siswa, serta prasarana dan sarana yang ada.

b) Angket (Kuisisioner)

Sebagaimana (Salim, 2014) mengatakan “Angket atau kuesioner adalah instrumen pengumpul data yang digunakan dalam teknik komunikasi tak langsung.” Artinya, responden secara tidak langsung menjawab daftar pertanyaan tertulis yang dikirim melalui media tertentu. Angket ini bertujuan untuk mencari informasi lengkap mengenai data diri, sikap, pengalaman, pendapat dan lain sebagainya

dari responden tersebut. Adapun tujuan dari penyebaran angket adalah untuk mencari apakah ada pengaruh media sosial terhadap kesehatan mental para remaja.

6) Teknis Penentuan Keabsahan Data

Pengujian keabsahan data dilakukan untuk membuktikan bahwa penelitian yang dijalankan merupakan penelitian ilmiah serta untuk menguji data yang telah diperoleh. Untuk memastikan data dalam penelitian dapat dipertanggungjawabkan sebagai hasil ilmiah, uji keabsahan data perlu dilaksanakan (Salim, 2014).

7) Hipotesis Statistik

Hipotesis statistik yang digunakan dalam penelitian:

Hipotesis pertama : Terdapat korelasi antara Penggunaan Instagram dan Tiktok, kesehatan mental dan *Strawberry Generation* pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Rancaekek.

Hipotesis kedua : Terdapat pengaruh dari Penggunaan Instagram dan Tiktok, kesehatan mental dan *Strawberry Generation* pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Rancaekek.

Hipotesis Statistik pertama :

H_0 : Tidak terdapat korelasi antara Penggunaan Instagram dan Tiktok, kesehatan mental dan *Strawberry Generation* pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Rancaekek.

Ha : Terdapat korelasi antara Penggunaan Instagram dan Tiktok, kesehatan mental dan *Strawberry Generation* pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Rancaekek.

Hipotesis Statistik kedua :

Ho : Tidak terdapat pengaruh dari Penggunaan Instagram dan Tiktok, kesehatan mental dan *Strawberry Generation* pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Rancaekek.

Ha : Terdapat pengaruh Penggunaan Instagram dan Tiktok, kesehatan mental dan *Strawberry Generation* pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Rancaekek.

8) Teknis Analisis Data

Teknik analisis yang diterapkan meliputi statistik deskriptif serta inferensial. Statistik deskriptif bertujuan guna menganalisis, memproses, serta mengatur data agar diperoleh representasi yang sistematis serta singkat. Di sisi lain, statistik inferensial digunakan untuk menarik kesimpulan, membuat prediksi, ataupun melakukan estimasi, yang dalam konteks studi ini merujuk pada pengujian hipotesis. Ini menentukan apakah hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, ataupun sebaliknya.