

## **“PENGHAYATAN” MERUPAKAN PARAMETER TERTINGGI INTENSITAS PENGUNAAN MEDIA SOSIAL PADA REMAJA SMA**

**Heni Dwi Windarwati\*, Rachel Victoriana Raharjo, Muladefi Choiriyah**

Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Brawijaya, Jln Veteran Ketawanggede, Lowokwaru,  
Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia, 65145

\*[henipsik.fk@ub.ac.id](mailto:henipsik.fk@ub.ac.id)

### **ABSTRAK**

Penggunaan media sosial dapat ditinjau melalui intensitas remaja dalam menggunakan media sosialnya. Intensitas penggunaan media sosial remaja mencapai satu per enam waktu dalam satu hari. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi intensitas penggunaan media sosial pada remaja SMA kelas 10 di Kota Malang. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif. Alat ukur yang digunakan yaitu kuesioner intensitas penggunaan media sosial yang diadopsi dari kuesioner penelitian Ardari. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 124 remaja dengan metode analisis deskriptif. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif. Intensitas penggunaan media sosial pada remaja SMA kelas 10 di Kota Malang tergolong tinggi. Parameter tertinggi intensitas penggunaan media sosial dengan kategori tinggi ada pada aspek penghayatan.

Kata kunci: intensitas; penggunaan; media sosial

## **"DIVERSITY" IS THE HIGHEST PARAMETER INTENSITY OF THE USE OF SOCIAL MEDIA IN ADOLESCENTS**

### **ABSTRACT**

*Using social media can be reviewed through teens using social media. The intensity of the use of social media teenagers reaches one-sixth of the time in one day. This study aims to explore the use of social media in 10th-grade high school teenagers in Malang. This research uses descriptive. The measuring instrument used is the intensity questionnaire of social media use adopted from the Ardari research questionnaire. The number of samples in this study was 124 adolescents with a descriptive analysis method. The data analysis technique used is descriptive analysis. The intensity of the use of social media in 10th-grade teenagers in Malang is relatively high. The highest parameter of intensity use of social media with a high category is in the aspect of appreciation.*

*Keywords: intensity; usage; social media*

### **PENDAHULUAN**

Jumlah pengguna media sosial tumbuh lebih dari seperempat miliar selama 12 bulan terakhir dan saat ini mencapai angka 3,534 miliar (WeAreSocial, 2019). Pengguna media sosial berasal dari berbagai kalangan dan kelompok umur. Survei menunjukkan pengguna media sosial kelompok usia 16-24 tahun mendominasi dengan angka rata-rata 9,1 (WeAreSocial, 2019). Survei lain yang dilakukan di Amerika Serikat tahun 2019 menunjukkan pengguna media sosial didominasi oleh kelompok usia 18-29 tahun dengan persentase sebesar 90% (PewResearchCenter, 2019). Angka pengguna aktif media sosial di Indonesia mencapai 150 juta (WeAreSocial, 2019). Survei yang

dilakukan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2018 menunjukkan 91% pengguna internet didominasi oleh kalangan remaja dengan rentang usia 15-19 tahun (APJII, 2018). Beberapa hasil survei di atas membuktikan bahwa remaja merupakan bagian terbesar pengguna aktif media sosial.

Masa remaja merupakan salah satu fase dalam tahap perkembangan manusia. Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa yang mengalami perubahan dari semua aspek dan fungsi untuk memasuki masa dewasa, seperti perubahan kognitif, biologis, dan sosio-emosional (Santrock, 2007). Pendapat tentang batasan usia remaja

bervariasi dari beberapa ahli, organisasi, maupun lembaga kesehatan. Remaja adalah penduduk dengan rentang usia 10 hingga 19 tahun (World Health Organization, 2006). Remaja adalah seseorang yang berusia 10 sampai 18 tahun (Departemen Kesehatan RI, 2018). Rentang usia remaja adalah 10 hingga 24 tahun dan belum menikah (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, 2019). Remaja adalah penduduk dengan rentang usia 10 sampai 24 tahun yang mengalami perubahan kognitif, biologis dan sosio-emosional akibat masa peralihan dari anak-anak menjadi dewasa.

Jumlah remaja berusia 10-19 tahun di dunia menurut *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) mencapai 1,2 miliar atau 16% dari populasi dunia (UNICEF, 2019). Jumlah remaja berusia 10-19 tahun di Amerika Serikat mencapai 42 juta atau 12,9% dari total populasi di Amerika Serikat (*Department of Health & Human Services United States of America*, 2019). Jumlah remaja berusia 10-24 tahun di Indonesia adalah 66.944.898 jiwa atau 25% dari total populasi di Indonesia (Kemenkes RI, 2018). Jumlah remaja berusia 10-19 tahun di Jawa Timur pada tahun 2017 adalah 9.134.061 jiwa atau 23% dari total populasi di Jawa Timur (Badan Pusat Statistik Jawa Timur, 2017). Jumlah remaja di berbagai wilayah menunjukkan angka rata-rata seperlima dari total populasi penduduk.

Penggunaan media sosial dapat ditinjau melalui intensitas remaja dalam menggunakan media sosialnya. Intensitas adalah keadaan tingkatan atau ukuran intens, sedangkan penggunaan adalah proses, cara, pembuatan menggunakan sesuatu atau pemakaian (Kemdikbud, 2019). Intensitas dapat diukur berdasarkan durasi dan frekuensi (Nurjan, Tjahjono & Yamin, 2016). Rata-rata waktu penggunaan media sosial setiap harinya di Indonesia mencapai 3 jam 26 menit (WeAreSocial, 2019). Penelitian yang dilakukan terhadap 212 remaja di kota Surabaya menunjukkan sebanyak 40% tergolong tinggi dalam frekuensi penggunaan media sosial setiap harinya (Indrijati, 2017). Penelitian tersebut juga meneliti durasi

penggunaan media sosial dan mendapatkan sebanyak 40% remaja mengakses selama 4 jam atau lebih (Indrijati, 2017). Kesimpulannya, intensitas penggunaan media sosial remaja mencapai satu per enam waktu dalam satu hari.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang dilakukan dengan tujuan mengeksplorasi intensitas dan parameter intensitas penggunaan media sosial pada remaja SMA kelas 10 di Kota Malang. Pemahaman yang baik terkait intensitas penggunaan media sosial ini akan menjadi dasar dalam pengembangan program promosi dan preventif untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan jiwa akibat kecanduan media sosial.

## **METODE**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang dilakukan pada bulan Februari 2020. Populasi yang diteliti adalah seluruh siswa laki-laki dan perempuan SMA kelas 10 di kota Malang yang berjumlah 183 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan instrumen menggunakan kuesioner intensitas penggunaan media sosial yang diadopsi dari Ardari (2016). Kuesioner tersebut disusun berdasarkan aspek-aspek intensitas penggunaan media sosial yang terdiri dari: perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi (Ajzen, dalam Ardari, 2016). Kuesioner terdiri dari 16 *item* yang terbagi menjadi 9 *item favorable* dan 7 *item unfavorable*. Kuesioner intensitas penggunaan media sosial disusun berdasarkan skala *Likert*. Setiap pertanyaan disediakan 4 alternatif jawaban, yaitu: Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Hasil uji validitas kuesioner intensitas penggunaan media sosial menunjukkan terdapat 16 *item* yang valid ( $r \geq 0,25$ ). Analisis data univariat dilakukan dengan pendekatan distribusi frekuensi.

## **HASIL**

Tabel 1, intensitas penggunaan media sosial pada remaja SMA kelas 10 di Kota Malang paling banyak berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 77 orang (61,1%).

Tabel 1.  
 Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Remaja SMA kelas 10 (n=126)

Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Rendah	10	7,9
Sedang	39	31
Tinggi	77	61,1

Tabel 2.  
 Parameter Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Remaja SMA kelas 10 (n=126)

Parameter	Kategori	Intensitas Penggunaan Media Sosial	
		f	%
Perhatian	Rendah	10	7,9
	Sedang	65	51,6
	Tinggi	51	40,5
Penghayatan	Rendah	0	0
	Sedang	27	21,4
	Tinggi	99	78,6
Durasi	Rendah	6	4,8
	Sedang	23	18,3
	Tinggi	97	77
Frekuensi	Rendah	5	4
	Sedang	23	18,3
	Tinggi	98	77,8

Tabel 2, parameter perhatian paling banyak berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 65 orang (51,6%). Indikator penghayatan paling banyak berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 99 orang (78,6%). Indikator durasi paling banyak berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 97 orang (77%). Indikator frekuensi paling banyak berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 98 orang (77,8%).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan pada remaja SMA kelas 10 di Kota Malang, didapatkan intensitas penggunaan media sosial paling banyak berada pada kategori tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian terhadap 457 orang remaja yang juga mendapatkan hasil intensitas penggunaan media sosial pada remaja dalam kategori tinggi (Sukmaraga, 2018). Remaja berinteraksi dengan orang lain yang memiliki latar belakang berbeda, menemukan sudut pandang berbeda, menunjukkan dukungan terhadap suatu masalah, dan mencari informasi di media sosial

(PewResearchCenter, 2018). Remaja SMA kelas 10 di Kota Malang memiliki *gadget* dan akses internet untuk menggunakan media sosial. Remaja masa kini tidak bisa lepas dari *gadget* yang merupakan barang wajib untuk dimiliki dan dibawa kemanapun mereka pergi (Indrijati, 2017). Pihak sekolah memperbolehkan siswa membawa *gadget* sehingga hal tersebut menjadikan nilai intensitas penggunaan media sosial remaja SMA kelas 10 di Kota Malang berada dalam kategori tinggi.

Intensitas penggunaan media sosial memiliki aspek-aspek yang dijadikan parameter dalam penelitian ini, terdiri dari perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi. Parameter pertama yaitu perhatian menunjukkan hasil terbanyak pada kategori sedang yaitu 65 orang (51,6%). Parameter tersebut menjelaskan bahwa remaja SMA kelas 10 di Kota Malang tertarik dengan fitur-fitur yang disediakan oleh media sosial. Media sosial memiliki fitur yang lengkap sehingga remaja tidak bisa lepas dari *gadget* untuk mengakses media sosial (Fahmi, 2019). Beberapa fitur

tersebut meliputi situs jejaring sosial, pesan singkat, *video chat*, mengunjungi *virtual world*, *e-mail*, *chat* pada permainan *online*, menulis atau mengomentari *blog* (Sherlyanita & Rakhmawati, 2016). Remaja SMA kelas 10 di Kota Malang tertarik oleh fitur-fitur yang disediakan oleh media sosial.

Parameter kedua yaitu penghayatan. Parameter ini menjelaskan bagaimana usaha remaja dalam memahami dan menyerap informasi yang disampaikan dalam media sosial. Hasil penelitian menunjukkan parameter penghayatan terbanyak pada kategori tinggi yaitu 99 orang (78,6%). Remaja akan menikmati waktu yang dihabiskan untuk mengakses media sosial ketika mereka memahami informasi yang ada (Teendhuha, 2018). Remaja SMA kelas 10 di Kota Malang mengerti menikmati penggunaan media sosial.

Parameter ketiga yaitu durasi. Parameter durasi menggambarkan rentang waktu remaja menggunakan media sosial dalam hitungan jam. Hasil penelitian menunjukkan parameter durasi terbanyak pada kategori tinggi yaitu 97 orang (77%). Sejalan dengan penelitian Indrijati (2017) yang mendapatkan hasil durasi 4 jam atau lebih dalam sehari dengan prosentasi sebesar 40% dari total sampel. Remaja menikmati waktu dalam mengakses media sosial dengan rata-rata 5 jam atau lebih dalam sehari. Sejalan dengan pendapat yang mengatakan bahwa seseorang menjadi lupa waktu ketika menggunakan media sosial karena terlalu fokus menikmati (Teendhuha, 2018).

Parameter keempat yaitu frekuensi. Parameter durasi menggambarkan jumlah ulangan remaja menggunakan media sosial dalam jangka waktu tertentu. Hasil penelitian menunjukkan parameter frekuensi terbanyak pada kategori tinggi yaitu 98 orang (77,8%). Sejalan dengan penelitian Indrijati (2017) yang mendapatkan hasil frekuensi tergolong tinggi dengan prosentasi sebesar 40% dari total sampel. Remaja memiliki frekuensi menggunakan media sosial lebih dari 5 kali sehari tanpa mereka sadari. Sejalan dengan pendapat yang menyatakan bahwa seseorang

yang menikmati penggunaan media sosial seringkali tidak menyadari bahwa penggunaannya sudah dilakukan berulang kali setiap harinya (Teendhuha, 2018).

Penggunaan media sosial pada remaja tak lepas dari banyaknya fitur media sosial yang dapat digunakan. Banyak juga ditemui penelitian bahwa usia remaja merupakan usia yang paling besar sebagai pengguna media sosial. Fakta tersebut menunjukkan betapa pentingnya media sosial di kehidupan remaja (Sabekti, 2019). Penggunaan media sosial di kalangan remaja seringkali dikarenakan remaja mudah tertarik pada sesuatu hal yang baru dan tren. Media sosial digunakan remaja untuk menjalin pertemanan atau komunikasi dengan teman sebaya. Masa remaja merupakan masa di mana seorang individu lebih dekat dengan teman sebayanya dibanding dengan keluarganya (Sabekti, 2019). Interaksi remaja menjadi lebih mudah dan menarik dengan menggunakan media sosial.

## SIMPULAN

Intensitas penggunaan media sosial pada remaja SMA kelas 10 di Kota Malang tergolong tinggi. Parameter tertinggi intensitas penggunaan media sosial pada kelompok dengan kategori tinggi adalah pada parameter penghayatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardari, C. S.S. (2016). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial Pada Remaja Awal. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2019). *Kalau Terencana Semua Lebih Indah*. Diakses pada 19 Oktober 2019 melalui <https://www.bkkbn.go.id/detailpost/kalau-terencana-semua-lebih-indah>
- Badan Pusat Statistik Jawa Timur. (2017). *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Provinsi Jawa Timur, 2016-2017*. Diakses pada 25 Oktober 2019 melalui

- <https://jatim.bps.go.id/dynamictable/2017/09/05/61/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin-di-provinsi-jawa-timur-2016.html>.
- Departemen Kesehatan RI. (2018). *Menkes: Remaja Indonesia Harus Sehat*. Diakses pada 19 Oktober 2019 melalui <http://www.depkes.go.id/article/view/18051600001/menkes-remaja-indonesia-harus-sehat.html>
- Indrijati, H. (2017). Penggunaan Internet dan Perilaku Seksual Pranikah Remaja, *Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia*, Semarang: 22-24 Agustus 2017. Hal 44-51.
- Kemdikbud RI. (2019). Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). [Online]. Diakses pada 01 November 2019 melalui <http://kbbi.web.id/intensitas>.
- PewResearchCenter. (2019). Social Media Fact Sheets. Diakses pada 30 September 2019 melalui <https://www.pewinternet.org/fact-sheet/social-media/>
- Sabekti, R. (2019). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial (Jejaring Sosial) dengan Kecenderungan Narsisme dan Aktualisasi Diri Remaja Akhir. *Skripsi*. Universitas Airlangga.
- Santrock, J. W. (2007). *Adolescence, eleventh edition*. Dalam W. Hardani (Ed), Remaja, edisi kesebelas. Jakarta: Erlangga.
- Sherlyanita, A. K. dan Rakhmawati, N. A. (2016). Pengaruh dan Pola Aktivitas Penggunaan Internet serta Media Sosial pada Siswa SMPN 52 Surabaya. *Journal of Information Systems Engineering and Business Intelligence* Vol. 2, No. 1.
- Sukmaraga, I. G. B. G. (2018). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Dan Matrealisme Pada Remaja. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma.
- Teendhuha, A. N. (2018). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Dan Komunikasi Interpersonal Pada Remaja. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- UNICEF. (2019). *Adolescent Overview*. Diakses pada 25 Oktober 2019 melalui <https://data.unicef.org/topic/adolescents/overview/>.
- WeAreSocial. (2019). Global Social Media Users Pass 3.5 Billion. Diakses pada 12 Oktober 2019 melalui <https://wearesocial.com/blog/2019/07/global-social-media-users-pass-3-5-billion>.
- WHO. (2006). *Orientation Programme on Adolescent Health for Health-Care Provider: Handout*. [https://www.who.int/maternal-child-adolescent/documents/pdfs/9241591269\\_op\\_handout.pdf](https://www.who.int/maternal-child-adolescent/documents/pdfs/9241591269_op_handout.pdf).

