

**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL  
DENGAN KEJADIAN DEPRESI PADA MAHASISWA FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS JENDERAL SOEDIRMAN DI MASA  
PANDEMI**

***THE CORRELATION OF SOCIAL MEDIA USAGE INTENSITY WITH  
DEPRESSION DURING PANDEMIC IN MEDICAL STUDENTS OF  
JENDERAL SOEDIRMAN UNIVERSITY***

**Dewi Emala Kartika<sup>1</sup>, Hilma Paramita<sup>2</sup>, Basiran Basiran<sup>2</sup>, Rahmawati Wulansari<sup>3</sup>,  
Wahyudin Wahyudin<sup>3</sup>, Arfi Nurul Hidayah<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>*Program studi Ilmu Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal Sudirman*

<sup>2</sup>*RSUD Banyumas, Kabupaten Banyumas*

<sup>3</sup>*Program studi Ilmu Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Jenderal Sudirman*

Email: dewi.kartika109@mhs.unsoed.ac.id

**ABSTRAK**

Pandemi COVID-19 telah menjadi periode pergolakan bagi mahasiswa kedokteran. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai adakah hubungan yang terkait dengan peningkatan penggunaan media sosial dengan kejadian depresi pada mahasiswa kedokteran Universitas Jenderal Soedirman yang terkena dampak wabah COVID-19. Studi menggunakan desain penelitian observasional analitik dan metode *cross-sectional*. Data diperoleh dari mahasiswa kedokteran. Data yang diperiksa adalah skor tes BDI dan skor SONTUS. Penulis menggunakan metode simple random sampling. Total ada 90 sampel. Uji korelasi *chi-square* digunakan untuk melihat korelasi antara jenis kelamin dan intensitas penggunaan media sosial, sedangkan uji korelasi Spearman digunakan untuk melihat korelasi antara Indeks Prestasi Kumulatif, intensitas penggunaan media sosial dan tingkat depresi. Sebagian besar mahasiswa terbukti memiliki tingkat depresi yang rendah (45,50%) dengan intensitas penggunaan media sosial yang rendah (50,00%). Data Spearman menunjukkan tidak ada korelasi yang signifikan antara Indeks Prestasi Kumulatif, intensitas penggunaan media sosial dan depresi. Ada korelasi antara jenis kelamin dan penggunaan media sosial sedangkan tidak ada korelasi yang signifikan antara Indeks Prestasi Kumulatif, intensitas penggunaan media sosial dan depresi pada mahasiswa kedokteran Universitas Jenderal Soedirman pada saat pandemi.

Kata Kunci: COVID-19, depresi, mahasiswa kedokteran, media sosial

**ABSTRACT**

*The COVID-19 pandemic has been an upheaval period for medical students. The objective of this study was to assess the correlation associated with the increased levels of social media usage intensity and depression in medical students of Jenderal Soedirman University impacted by the outbreak of COVID-19. The study used observational analytic as its design and cross-sectional method. Data were acquired from medical students. The examined data were BDI test scores and SONTUS scores. The author uses simple random sampling method.*

*There are a total of 90 samples. Chi-square is used to see the correlation between gender and social media usage intensity, while Spearman is used to see the correlation between GPA, social media usage intensity and depression. The majority of students were shown to have low level of depression (45,50%) with and low level of social media usage intensity (50,00%). Spearman data shows no significant correlation between GPA, social media usage intensity and depression. There is a correlation between gender and social media usage while there is no significant correlation between GPA, social media usage intensity and depression among medical students of Jenderal Soedirman University during pandemic.*

*Keywords. COVID-19, depression, medical student, social media*

## **PENDAHULUAN**

Di era globalisasi, internet menjadi kebutuhan pokok hidup yang setiap tahunnya terus berkembang. Aksesibilitas, perkembangan teknologi yang pesat dan aktivitas *online* yang setiap harinya berkembang menyebabkan penggunaan internet semakin bertambah. Teknologi informasi dan komunikasi yang terus berkembang membuka pintu baru untuk manusia dalam berinteraksi dengan satu sama lain sehingga mendorong fungsi internet sebagai alat komunikasi. Menurut survey yang dilakukan pada tahun 2017 oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), jumlah pengguna internet Indonesia telah mencapai angka 54,68% atau 143,26 juta penduduk dari total populasi 262 juta orang. Data ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan sebanyak 10,56 juta jiwa dari tahun 2016. Di antara pengguna tersebut, internet mayoritas digunakan oleh kalangan pelajar dan dewasa yang berusia 13-34 tahun dengan persentase 75,50% (13-18 tahun) dan 74,23% (19-34 tahun) (APJII, 2017).

Peningkatan penggunaan internet juga meningkatkan intensitas penggunaan situs media sosial pada diri seseorang. peningkatan jumlah pengguna internet terutama pada kalangan muda dan remaja memicu adanya penggunaan internet yang berlebihan sehingga menimbulkan permasalahan penggunaan internet (*problematic internet use*). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Kuss membuktikan bahwa ditemukan diagnosis psikiatri pada penggunaan internet berlebih sehingga menimbulkan permasalahan pada kesehatan jiwa seperti depresi, ansietas, dan dampak buruk lainnya pada psikososial individu mengakibatkan perlunya pengukuran dan kriteria diagnostik yang lebih maju untuk mendekati *treatment* (Kuss, 2016). Dalam sebuah studi meta analisis tercatat bahwa tingkat depresi pada mahasiswa kedokteran lebih tinggi hingga 20-30% dari mahasiswa jurusan lainnya. (Puthran, 2016).

Pentingnya motivasi dan kesuksesan mahasiswa serta kesulitan bagi kesejahteraan siswa karena risiko psikologis yang tinggi (seperti misalnya kecemasan, depresi dan kelelahan), perilaku (contoh, *eating disorder*), masalah kesehatan fisik (maag, tekanan darah tinggi, dan sakit kepala) serta stress akademis lainnya yang teridentifikasi seperti beban kerja tinggi, menghadiri kelas, menghormati *deadline*, menyeimbangkan kehidupan kampus dan pribadi, dan masalah ekonomi (portoghese.et.all., 2019). Selain itu, jumlah siswa yang mungkin menderita depresi akibat tekanan akademis dan faktor-faktor lain yang mempengaruhi studi mereka masih belum diketahui. Berdasarkan penelitian pada tahun 2014 yang dilakukan di Kenya, penggunaan media sosial pada mahasiswa kedokteran mempunyai hubungan dengan akademik dan komunikasi mahasiswa (Lu, 2015). Dengan melihat adanya urgensi mengenai penggunaan media sosial terhadap tingkat depresi yang masih kontroversial, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat depresi dengan durasi penggunaan media sosial pada mahasiswa kedokteran Universitas Jenderal Soedirman (FK Unsoed) di masa pandemi.

## METODE PENELITIAN

Penelitian observasional analitik ini dilakukan menggunakan metode *cross-sectional study*. Penelitian dengan metode ini bertujuan untuk mencari hubungan antara depresi dengan penggunaan media sosial dalam bentuk mencari hubungan atau perbedaan antara variabel terikat dengan pendekatan observasi (Notoatmojo, 2005). Alasan penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* adalah karena penelitian yang dilakukan sebanyak satu kali dan melakukan observasi pada subjek dilakukan saat pemeriksaan tersebut saja (Sastroasmoro, 2014). Penelitian ini mencari hubungan penggunaan media sosial yang berlebihan dengan kasus depresi pada mahasiswa FK Unsoed di masa pandemi. Penentuan populasi target pada penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir FK Unsoed. Populasi dipilih dengan menggunakan teknik *Simple Random Sampling*. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh yaitu dengan mengambil semua anggota sampel yang sesuai dengan tujuan atau masalah penelitian (Sugiyono, 2011). Sampel yang telah memenuhi kriteria inklusi diinstruksikan untuk mengisi dua jenis kuesioner dengan tujuan yang berbeda. Kuesioner *Social Networking Time Use Scale* (SONTUS) adalah kuesioner dengan 29 pertanyaan dan kuesioner *Becker's Depression Inventory Test* (BDI) yang berisi 21 pertanyaan untuk menilai tingkat depresi pada seorang individu. Kuesioner dapat dikerjakan dari rumah dengan menggunakan media *google form* yang kemudian hasilnya akan dikirim kepada peneliti ketika semua pertanyaan sudah terjawab. Sampel diberi penjelasan bahwa aktivitas yang bersangkutan dalam kuesioner bukanlah aktivitas yang berhubungan dengan kegiatan akademik.

Penelitian ini menggunakan analisis univariat untuk mendeskripsikan angka atau nilai karakteristik deskriptif responden. Data deskriptif berupa jenis kelamin (laki-laki dan perempuan), usia, durasi penggunaan media sosial (rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi), dan tingkat depresi (normal, gangguan mood sedang, ambang batas gangguan klinis, depresi sedang, depresi berat, depresi ekstrim). Analisis bivariat dilakukan untuk mengecek hubungan jenis kelamin dengan intensitas penggunaan media sosial yang diuji korelasi menggunakan *Chi-Square*, dan pengujian hubungan prestasi akademik terhadap penggunaan media sosial dan gejala depresi dilakukan dengan menggunakan uji bivariat *Spearman*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Variabel

Tabel 1. Distribusi Jenis Kelamin Sampel Penelitian (n=90).

Jenis Kelamin	Jumlah (Orang)	%
Perempuan	66	73,30%
Laki-laki	24	26,70%
Total	90	100,00%

*Sumber data: data primer 2021*

Pada Tabel 4.1 menunjukkan bahwa jumlah sampel perempuan lebih banyak dari laki-laki, dengan rasio 11:4.

Tabel 2. Distribusi Usia Sampel Penelitian (n=90)

Usia	Jumlah (Orang)	%
20	5	5,60%
21	63	70,00%

22	18	20,00%
23	4	4,40%
Total	90	100,00%

*Sumber data: data primer 2021*

Data usia diambil bersamaan dengan data kuesioner, yaitu akhir Januari 2021 Tahun Ajaran 2020/2021.

Tabel 3. Distribusi IPK Sampel Penelitian (n=90).

IPK	Jumlah (Orang)	%
2,0 s/d 2,9	12	13,30%
3,0 s/d 3,9	78	86,70%
Total	90	100,00%

*Sumber data: data primer 2021*

Tabel 4. Distribusi Hasil Kuesioner Tes BDI Mengenai Tingkat Depresi Sampel Penelitian.

Skor BDI	Jumlah (Orang)	%
0-10	41	45,60%
11-16	14	15,60%
17-20	13	14,40%
21-30	9	10,00%
31-40	12	13,30%
>40	1	1,10%
Total	90	100,00%

*Sumber data: data primer 2021*

Tabel 5. Distribusi hasil kuesioner SONTUS mengenai intensitas penggunaan media sosial.

Skor SONTUS	Jumlah (Orang)	%
5-9	45	50,00%
10-14	37	42,20%
15-19	8	8,80%
Total	90	100,00%

*Sumber data: data primer 2021*

### **Analisis Bivariat**

Analisis bivariat meliputi uji korelatif chi-square (Tabel 6) dan uji korelatif spearman (Tabel 7).

Uji Korelasi Chi-Square

**Tabel 6.** Uji Korelasi Chi-Square (n=90).

Jenis kelamin	Intensitas penggunaan media sosial				Chi-Square		
	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi	Statistika	df	Nilai p
Perempuan	26	32	8	0	11,751	2	0,003
Laki-laki	19	5	0	0			
Total	45	37	8	0			

*Sumber data: data terolah*

Nilai masing-masing kelompok mendapatkan nilai  $p < 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan intensitas penggunaan media sosial.

**Uji Korelasi Spearman**

Tahap berikutnya adalah dengan mengecek hubungan antara indeks prestasi kumulatif (IPK) dengan hasil skor Tes BDI dan SONTUS dengan menggunakan uji korelasi spearman.

**Tabel 7.** Uji Korelasi Spearman (n=90).

	IPK	Tingkat Depresi	Intensitas Penggunaan Media Sosial
IPK	1,000	<b>0,144</b>	<b>0,034</b>
Tingkat Depresi	<b>0,144</b>	1,000	<b>0,115</b>
Intensitas Penggunaan Media Sosial	<b>0,032</b>	<b>0,115</b>	1,000

*Sumber data: data terolah*

Nilai  $p > 0,05$ , sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara data yang terolah tidak signifikan atau tidak berarti dan pada data Indeks Prestasi Kumulatif dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial mendapatkan nilai  $p < 0,05$  sehingga terdapat hubungan yang signifikan. Tabel 4 menunjukkan bahwa 45,60% mahasiswa FK Unsoed tidak mengalami depresi sedangkan lainnya tersebar pada kategori gangguan mood sedang (15,60%), depresi ringan (14,40%), depresi sedang (10,00%) depresi berat (13,30%) dan depresi ekstrim (1,10%). Studi yang dilakukan sejauh ini selama pandemi menunjukkan bahwa individu muda lebih rentan mengalami tekanan psikologis yang meningkat, karena mereka memiliki kebutuhan interaksi sosial yang lebih kuat. Tinjauan terbaru menunjukkan bahwa hal ini juga dapat disebabkan oleh ketakutan akan infeksi, frustrasi, kebosanan, persediaan yang tidak memadai, informasi yang tidak memadai, kerugian finansial serta stigma (Son, et al., 2020).

Data 45,50% menunjukkan adanya peluang terjadinya mahasiswa FK Unsoed untuk beradaptasi dengan pandemi menggunakan mekanisme koping efektif atau positif sehingga meningkatkan kemampuan adaptasi mereka. Pada saat yang bersamaan, mekanisme koping ini dikaitkan dengan kesehatan mental yang lebih baik serta gejala depresi dan kecemasan terjadi lebih sedikit (Chew et al., 2020). Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan

oleh McCarthy pada tahun 2018 yang telah membuktikan bahwa mahasiswa perguruan tinggi mempunyai cara yang berbeda pada setiap individu dalam menangani stres yang dapat dianggap efektif (positif) atau tidak efektif (negatif). Beberapa mekanisme yang efektif termasuk mencari dukungan sosial dan menggunakan aktivitas waktu luang, sedangkan mekanisme koping yang dianggap tidak efektif atau maladaptif termasuk menghindar dan melarikan diri. Tingkat dukungan sosial yang dirasakan pada individu dapat menentukan tingkat kesejahteraan hidup (Hasan, 2020). Walaupun penggunaan media sosial dan internet naik secara signifikan, data pada tabel 7 menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara Indeks Prestasi Kumulatif dengan intensitas penggunaan media sosial dengan nilai  $p < 0,05$  sebesar 0,034. Hal ini didukung oleh data pada tabel 3 yang menunjukkan bahwa 86,70% mahasiswa mendapatkan IPK 3.0-3.9 dan 13,30% mendapatkan hasil Indeks Prestasi Kumulatif 2.0-2.9, serta studi yang menyatakan bahwa hasil belajar siswa untuk pelajar *online* sama baiknya atau lebih baik daripada pelajar yang belajar secara tradisional (Yulia, 2020).

Prestasi akademik atau IPK merupakan dimensi yang penting bagi mahasiswa, demikian pula pengaruh gangguan emosi terhadap prestasi akademik. Depresi adalah salah satu masalah yang mempengaruhi kemampuan mahasiswa untuk melakukan aktivitas kesehariannya termasuk hasil IPK. Depresi adalah prediktor yang signifikan pada Indeks Prestasi Kumulatif yang lebih rendah, hal ini terjadi akibat gejala depresi yang disebabkan oleh tingkat stres yang tinggi akibat beban kerja, tekanan finansial dan keberadaan yang jauh dari tempat tinggal untuk sementara waktu (Marcelo, 2020).

Akan tetapi tabel 7 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan diantara IPK mahasiswa FK Unsoed dengan tingkat depresi, dengan hasil nilai  $p > 0,05$  sebesar 0,114. Sebuah studi mengenai depresi dan kesepian menunjukkan bahwa prestasi akademik tidak berhubungan dengan gejala depresi dan kesepian. Hal ini dikarenakan bahwa prestasi akademik tampaknya lebih terkait dengan proses kognitif dan emosional lebih lanjut seperti motivasi, ketangguhan mental, ketahanan stress dan perilaku yang berorientasi pada tujuan (Bahmani et al., 2018).

Pada tabel 6 menunjukkan penggunaan media sosial paling besar pada intensitas sedang, yaitu pada perempuan. Sedangkan pada laki-laki paling besar terdapat pada intensitas rendah. Dapat disimpulkan adanya hubungan antara jenis kelamin dengan penggunaan media sosial dengan nilai  $p > 0,05$  yaitu sebesar 0,003. Penggunaan media sosial yang tinggi pada perempuan dikarenakan perempuan cenderung lebih suka menghindar jika merasa tertekan (*avoidant coping*), salah satunya adalah dengan menggunakan media sosial. (Sawhney, et al., 2018). Tabel 7 menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara depresi dengan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa FK Unsoed. Data tersebut dikarenakan adanya probabilitas penggunaan media sosial sebagai salah satu bentuk mekanisme koping pada mahasiswa. Hal tersebut dapat disebabkan oleh tiga strategi koping menggunakan media sosial selama masa pandemi yakni digunakan secara aktif untuk beradaptasi kepada situasi, saat *lockdown*, media sosial digunakan sebagai sarana utama koping untuk kurangnya interaksi sosial, juga digunakan sebagai motivasi hiburan, seperti bermain *game* dan menonton rekaman lucu (Cauberghe et al., 2020).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan seperti tidak mengendalikan faktor perancu yang dapat mempengaruhi hasil (faktor mekanisme koping pada saat pandemi), intensitas penggunaan media sosial tidak diukur saat sebelum pandemi (tidak dapat dilakukan perbandingan), tidak dilakukan dengan *Minnesota Multiphasic Personality Inventory* (MMPI), pengukuran tingkat depresi tidak dilakukan pada awal pandemi (tidak dapat melihat perubahan tren), pengukuran intensitas media sosial dilakukan pada saat pandemi sehingga mungkin terdapat komponen penilaian yang kurang representatif akibat pembatasan kegiatan, penelitian dilakukan di tengah berjalannya pandemi setelah kejadian pertama sehingga memungkinkan adanya adaptasi, peneliti tidak meneliti lebih lanjut

mengenai kegiatan yang dilakukan mahasiswa pada saat pandemi.

### **KESIMPULAN**

Hasil olah data Tes BDI untuk mengukur tingkat depresi pada mahasiswa tingkat akhir FK Unsoed di masa pandemi COVID-19 memiliki hasil 45,60% normal, 15,60% gangguan mood sedang, 14,40% depresi ringan, 10,00% depresi sedang, 13,30% depresi berat dan 1,10% depresi ekstrim. Data yang diperoleh dari pengukuran intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa tingkat akhir di masa pandemi didapatkan hasil data sebesar 50,00% rendah, 42,20% sedang dan 8,80% tinggi. Hubungan penggunaan media sosial pada tingkat depresi mahasiswa tingkat akhir FK Unsoed di masa pandemi COVID-19 mempunyai hubungan yang tidak signifikan.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kepada dr. Basiran, Sp.KJ, MMR, Ibu Rahmawati Wulansari, S.Psi., M.Si., Psikolog, dr. Hilma Paramita, Sp.KJ dan Ibu Arfi Nurul Hidayah, M.Psi., Psikolog yang telah membimbing dan meluangkan waktunya untuk memberikan banyak saran dan koreksisehingga penelitian ini dapat lancar dan selesai.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). 2017. *Informasi penetrasi & perilaku pengguna internet Indonesia*. [diakses pada 1 September 2018] Tersedia <https://apjii.or.id/survei2017/download/A8BaZ3hVix2JRKfjEXbvtcpY6Wyzno>
- Kuss, D.J., Griffiths, M. D. 2016. *Excessive online social networking: Can adolescents become addicted to Facebook?*. SHEU UK: Education and Health. 29(4).
- Puthran, R., Zhang, M.W. B., Tam, W., Ho, R. C. 2016. *Prevalence of depression amongst medical students: a meta-analysis*. Med Educ. 50(4). pp. 456-68.
- Portoghese, I., Galletta, M., Porru, F., Burdorf, A., Sardo, S., D'Aloja, E., et al. 2019. *Stress among university students: factorial structure and measurement invariance of the Italian version of the Effort-Reward Imbalance student questionnaire*. BMC Psychology. 7(68).
- Lu, X., Yeo, K. J. 2015. *Psychometric properties of the internet addiction test in a sample of Malaysian undergraduate students*. Psicol Educ. 2015. 21(1):17-25.
- Notoatmodjo, S. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sastroasmoro, S., Ismael, S. 2014. *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Edisi 6. Jakarta: Sagung Seto.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, Xiaomei., Sasangohar, F. 2020. *Effects of COVID-19 on College Students' Mental Health in the United States: Interview Survei Study*. 2020. Journal of Medical Internet Research. Vol 22(9).
- Chew, Q. H., Wei, K. C., Vasoo, S., Chua, H. C., Sim, K., et al. 2020. *Perceived stress, stigma, traumatic stress levels and coping responses amongst residents in training across multiple specialties during COVID-19 pandemic—a longitudinal study*. Internasional Journal of Environmental Research and Public Health. 17(18).
- Hasan, A. A., Alqarni, H., Alasmee, N. A. 2020. *Perceived stress level and coping mechanisms among health allied students*. Global Journal of Health Science. 12(9).

- Yulia, H. 2020. *Online learning to prevent the spread of pandemic corona virus in indonesia*. English Teaching Journal. 11(1). pp. 48-56.
- Marcelo, H. 2020. *Does mental health affect the academic performance of college students?* [Online Poster]. Eastern Washington University Symposium. [diakses pada 1 Maret 2020]. Tersedia pada: [https://dc.ewu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1018&context=srcw\\_2020\\_posters](https://dc.ewu.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1018&context=srcw_2020_posters)
- Bahmani, S., Faraji, P., Faraji, R., Lang, U. E., Holsboer-Trachsler, E., Brand, S. 2018. *Is emotional functioning related to academic achievement among university students? Results from a cross-sectional iranian sample*. Brazillian Journal of Psychiatry. 40(3). pp. 290-295.
- Sawhney, M., Kunen, S., Gupta, A. 2020. *Depressive ymptoms and coping strategies among indian university studemts*. Sage Pub. 123(2). Pp. 266-280.
- Cauberghe, V., Wesenbeeck, I. V., De Jans, S., Hudders, L., Ponnet, Koen. 2020. *How adolescents use social media to cope with feelings of loneliness and anxiety during COVID-19 lockdown*. Cyberpsychol Behav Soc Netw. 24(4). pp. 250-257.