

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Di zaman yang serba canggih terdapat banyak sekali fenomena menarik salah satunya maraknya remaja menggunakan aplikasi media sosial. Media sosial adalah alat komunikasi digital yang hadir dengan menciptakan tempat berbagai informasi yang berorientasi pada pengguna dimana setiap orang dapat menghasilkan atau berlangganan, konten dan informasi (Triandini & Kurniasari, 2021). Masyarakat bisa memanfaatkan media sosial untuk memudahkan berinteraksi secara tidak langsung, melalui Email, Facebook, Twitter, Line, WhatsApp, Instagram, Tiktok dan lain-lain. Media sosial tersebut yang banyak digunakan oleh remaja yaitu Instagram. Oleh karena itu mengakibatkan banyak sekali fenomena unik bermunculan. Salah satu peristiwa yang sedang populer saat ini adalah maraknya remaja yang menggunakan aplikasi Instagram.

Dilansir dari Kompas.com (dalam Aswab Nanda, 2018), aplikasi Instagram adalah aplikasi media sosial untuk membagikan foto atau video yang diciptakan oleh Kevin Systrom, awal mula aplikasi Instagram bernama Burbn. Seiring berjalannya waktu Kevin Systrom mengajak temannya Mike Krieger untuk sama-sama mengembangkan aplikasi Burbn tersebut. Pada bulan Oktober 2016 Kevin dan Mike resmi mengubah nama Burbn menjadi Instagram. Fenomena Instagram berkembang begitu cepat di kalangan remaja, dikarenakan Instagram memiliki banyak fitur seperti setiap pengguna bisa membuat video story atau biasa disebut *Snapgram*, serta pengguna bisa mengupload foto sebagai koleksi. Selain itu Instagram juga dapat menjadi alat komunikasi digital. Instagram sendiri pada awal tahun 2016 ini telah naik jumlah pengguna menjadi lebih dari 400 juta pengguna dengan sekitar 80 juta gambar yang diunggah setiap harinya.

Dilansir dari Databooks (dalam Cindy Mutia Anur, 2021) data statistik menurut *Napoleon Cat* umur pengguna Instagram di Indonesia. Tercatat, mayoritas pengguna Instagram di Indonesia adalah dari kelompok

usia 18-24 tahun, yakni sebanyak 33,90 juta. Rinciannya, sebanyak 19,8% pengguna aplikasi tersebut adalah perempuan, sedangkan 17,5% merupakan laki-laki.

Dilansir dari *goodnewsfromindonesia* (dalam Imam, 2020) pengguna Instagram di Indonesia didominasi oleh golongan usia produktif, yakni remaja pada rentang usia 18-34 tahun. Banyaknya kegiatan dan peristiwa yang biasa remaja bagikan pada akun instagramnya, akan menyebabkan setiap remaja memiliki intensitas dalam mengakses instagram tersebut. Intensitas tersebut jika tidak diatur dapat menyebabkan dampak negatif salah satunya kecemasan sosial yang dapat di alami individu tersebut. seorang remaja termasuk dalam kategori penggunaan media sosial Instagram dengan intensitas yang tinggi apabila mengakses dengan frekuensi lebih dari empat kali dengan durasi lebih dari tiga jam per-hari, sedangkan diluar itu masih termasuk dalam kategori yang rendah (Judhita, 2011).

Intensitas sendiri adalah merupakan kekuatan atau kedalaman sikap terhadap sesuatu (Azwar, 1998). Intensitas dapat dikatakan sebagai bentuk ketertarikan seseorang berdasarkan kualitas dan kuantitas yang ditunjuk individu tersebut (Santrock, 2006). Intensitas penggunaan media sosial sendiri sangat beragam bagi anak-anak, remaja, maupun orang dewasa. Namun, jika kita melihat fenomena yang terjadi saat ini, pengguna aktif media sosial adalah anak-anak remaja akhir atau dewasa awal yang berusia 18- 24 tahun. Tingginya intensitas penggunaan media sosial di kalangan remaja maupun dewasa memberikan dampak buruk bagi individu, Kemudahan untuk mengakses media sosial instagram menjadikan penggunaanya lebih mudah mengalami kecemasan dan ketergantungan (Azka et al., 2018)

Kecemasan menurut Atkison 1996 (dalam Suardana & Simarmata, 2013) merupakan suatu emosi tidak menyenangkan, yang ditandai dengan istilah-istilah seperti, kekhawatiran, keprihatinan, rasa takut, yang kadang-kadang dialami dalam tingkat yang berbeda-beda. Menurut (Sagalakova et al., 2016) Kecemasan dibagi beberapa tingkatan, Kecemasan sosial berada

diperingkat ketiga dalam masalah kesehatan mental sesudah depresi dan penyalahgunaan alkohol. Intesitas penggunaan Instagram memengaruhi kecemasan sosial, melalui perbandingan sosial, yang dianggap sebagai proses interaksi media-pesan pengguna. Khususnya, ketika pengguna melihat foto dan video orang lain yang dipercantik (fitur media), mereka secara mental akan membandingkan diri mereka dengan apa adanya ditampilkan dalam foto dan video, dan karena proses ini, media sosial dapat memberikan efek pada keadaan emosional pengguna (Azwar, 2017). Menurut (ayunda riskandi, 2016) menjelaskan ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan, antara lain: Genetik Anak dengan orang tua yang mengalami gangguan kecemasan sosial meningkatkan resiko anak juga mengalami kecemasan. Penelitian mengenai pengaruh gen spesifik pada gangguan kecemasan sosial masih akan terus dilakukan karena adanya kesulitan menggambarkan kesimpulan yang kuat mengenai peran gen dalam perkembangan gangguan kecemasan sosial. Lingkungan Pola pengasuhan orangtua atau keluarga yang over protective berpotensi meningkatkan resiko kecemasan sosial. Penelitian yang dilakukan oleh (Soliha, 2015) mengungkapkan bahwa media sosial memberi pengaruh terhadap kecemasan sosial. Individu yang mengoperasikan media sosial dalam waktu 7 yang lama akan terbiasa dengan dunia mayanya, sehingga kurang bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang di sekitarnya, hal ini akan menimbulkan kecemasan sosial. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan faktor penyebab kecemasan sosial adalah Lingkungan serta pola asuh orang tua yang tidak memberika waktu tertentu anak mengakses media sosial tuntutan sosial yang berlebihan seperti menuntut harus.

Rasa cemas terhadap penilaian orang lain merupakan salah satu gejala utama dari kecemasan sosial. Akibatnya seseorang dengan gejala kecemasan sosial akan berusaha sebisa mungkin untuk menghindari situasi sosial agar dapat menghindari evaluasi negatif dari orang lain (Handadi, 2020). Menurut (La Greca & Stone, 1993) kecemasan sosial adalah kekhawatiran terus-menerus terhadap evaluasi negatif dari orang lain, diamati, dan khawatir akan dipermalukan dan merasa tidak aman.

Kecemasan sosial sendiri merupakan fenomena manusiawi yang hampir umum terjadi, dan dapat berkisar dari kekhawatiran atas evaluasi sosial hingga tekanan yang melemahkan dan gangguan terkait dalam fungsi sosial (Herbert, J. D., Brandsma, L. L., & Fischer, 2014). Kecemasan sosial dapat diartikan sebagai ketakutan pada suasana sosial serta penilaian oleh orang lain, ataupun mengalami pengamatan dari orang lain, khawatir dirinya di ejek ataupun dipermalukan. Kecemasan pada hubungan sosial kemungkinan terjadi karena kurangnya kepercayaan diri dalam menjalin hubungan sosial. Kecemasan sosial merupakan jenis gangguan kecemasan yang mengakibatkan seseorang merasakan ketakutan dan rasa tidak aman kala berada di lingkungan orang banyak (Kristanti, D. W. (2022).) Aspek kecemasan sosial menurut (La Greca & Stone, 1998) yaitu kekhawatiran akan penilaian negatif, menghindari lingkungan sosial dan merasa tertekan dalam situasi yang baru atau dengan orang yang baru dikenal, penghindaran sosial dan merasa tertekan yang dimiliki secara umum atau dengan orang yang dikenal.

Penulis melakukan pengamatan selama melakukan magang di Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat atau PKBM Kartini masih banyak siswa yang membuka aplikasi instagram sekalipun itu sedang pembelajaran berlangsung. Tidak hanya sedang jam pelajaran sedang ujian masih ada siswa yang sempat membuka aplikasi instagram. Membuktikan bahwa siswa PKBM Kartini tidak mempunyai waktu yang tentu untuk membuka aplikasi instagram. Dari beberapa kelas yang penulis amati penulis melihat dari semua kelas masih banyak yang tidak memiliki intensitas dalam bermain aplikasi instagram. Membuat peneliti tertarik meneliti seberapa intensitas penggunaan siswa PKBM Kartini dalam mengakses aplikasi instagram.

Penulis melakukan wawancara online pada hari Kamis 18 Mei 2022 pada siswi PKBM Kartini melalui WhatsApp terkait fenomena guna memperkuat data bahwa memang benar terjadi fenomena yang hendak diteliti. Berikut ini adalah jawaban dari beberapa narasumber. Wawancara dilakukan untuk memperkuat fenomena yang berada di Pkbm Kartini

Subjek T mengatakan :

“ Subjek T mengatakan mempunyai akun instagram, subjek membuka akun instagram sebanyak dua sampai tiga kali perhari. Dan berdurasi kurang lebih 1 jam setiap kali membuka app instagram. Subjek tertarik menggunakan app instagram karena memiliki fitur yang banyak akan tetapi subjek menggunakan app instagram hanya untuk melihat trend sekarang serta subjek hampir tidak pernah menggunakan app instagram untuk memposting fotonya sendiri karna tidak ingin dilihat oleh teman temannya jika fotonya tidak sesuai dengan trend”

Subjek S mengatakan :

“ Subjek S mengatakan membuka app instagram dalam satu hari bisa sampai lima kali membuka aplikasi instagram. durasinya dua puluh menit sampai satu jam, subjek membuka aplikasi instagram biasanya pada malam hari. Akan tetapi di sela sela waktu sekolah subjek pasti membuka aplikasi instagram untuk melihat foto atau vidio yang di post orang lain. Subjek tertarik bermain instagram karna dengan hanya membuka aplikasi instagram subjek dapat melihat berita dan apa saja yang sedang viral di Indonesia atau pun diluar negri. Subjek sering mempost foto atau vidio dirinya sendiri ke akun instagram pribadinya. Akan tetapi sebelum mempost foto atau vidio subjek harus mengedit sebagai mungkin untuk menghindari komentar negative orang lain.

Subjek A mengatakan :

“ subjek A mengatakan membuka aplikasi instagram empat sampai lima kali dalam sehari, durasinya sekitar 2 sampai 3 jam. Subjek tertarik karena menurut subjek fitur yang disediakan oleh instagram bagus, subjek lebih mudah melihat foto atau vidio artis artis dan dapat melihat berita terkini tanpa melihat televisi. Subjek A berbeda dengan subjek lain nya, subjek A memiliki 2 akun instagram. Akun yang pertama subjek gunakan untuk melihat foto atau vidio sedangkan akun kedua digunakan untuk mempost vidio atau foto dirinya sendiri. Yang membedakan akun pertama dan kedua

adalah akun pertama bisa di lihat oleh semua orang sedangkan akun kedua hanya orang-orang tertentu saja yang dapat melihatnya. Subjek memiliki dua akun untuk menghindari komentar negatif dan kadang tidak percaya diri ”

Subjek F mengatakan :

“ Subjek F mengatakan durasi menggunakan instagram 3 jam dalam satu hari. Subjek menggunakan aplikasi instagram untuk melihat contoh tren gaya berpakaian zaman sekarang. Karena subjek merasa jika mengikuti gaya berpakaian yang sedang digemari banyak orang subjek merasa lebih dilihat dan sama dengan yang lainnya. Subjek akan merasa malu jika gaya berpakaian tertinggal oleh orang lain “

Subjek J mengatakan :

“ Subjek J mengatakan mempunyai akun instagram, durasi yang digunakan tidak lama. Dalam satu hari hanya 30 – 1 menit. Karena menurut subjek semakin lama membuka instagram maka subjek akan merasa tidak bisa menjadi dirinya sendiri yang mengakibatkan subjek harus mengikuti standar yang diperlihatkan orang-orang di instagram”

Berdasarkan hasil wawancara dari siswa PKBM Kartini bahwa beberapa dari mereka memiliki akun instagram dan dari hasil wawancara mereka membuka aplikasi instagram lebih dari 2 kali dalam 1 hari dan durasinya rata-rata di atas 1 jam. Mereka juga sering merasa tidak percaya diri apabila memposting foto atau video mereka di instagram pribadi, karena mereka menghindari komentar-komentar negatif dari orang-orang yang memfollow akun instagramnya.

Melihat fenomena di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Aplikasi Instagram Dengan Kecemasan Sosial Pada Sdiswa PKBM Kartini. Penelitian ini dilakukan karena mengingat pentingnya durasi penggunaan instagram mempengaruhi kecemasan sosial pada remaja. Maka dari itu berdasarkan pemaparan mengenai fenomena, data-data dari permasalahan di atas, penulis tertarik

untuk mengangkat penelitian ini dengan judul “ **Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa/i PKBM Kartini** ”

1.2. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan penelitian sebelumnya, penulis menemukan beberapa perbedaan dari penelitian – penelitian tersebut.

Penelitian pertama yang berjudul “ hubungan intensitas penggunaan situs jejaring sosial dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir” yang diteliti oleh (Pranata, Y. H., Wardani, N. D., & Jusup, 2016) 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. Hasil dari penelitian ini yaitu terdapat sebuah hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kecemasan, Semakin tinggi intensitas penggunaan situs jejaring sosial maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan seseorang.

Penelitian kedua yang berjudul “Pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kecemasan sosial dikota bandung” yang diteliti oleh (Caturtami & Sumaryanti, 2021). Penelitian menghasilkan suatu kajian tentang intensitas penggunaan Instagram terhadap tingkat kecemasan sosial pada mahasiswa di Kota Bandung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dan studi deskriptif. Penelitian ini menggunakan Cluster Sampling didukung dengan *Disproportionate Stratified* Sampling dengan alokasi yang sama dan data dianalisis dengan menggunakan analisis regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengujian uji t dimana diperoleh nilai t hitung sebesar 14.249 dan t tabel sebesar 1.290 artinya t hitung > t tabel dengan nilai sig sebesar 0.000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram terhadap Kecemasan Sosial Mahasiswa di Kota Bandung.

Penelitian ketiga yang berjudul “ Adiksi Pada Media Sosial Instagram Kecemasan Pada Mahasiswa Di daerah Istimewah Yogyakarta “ yang diteliti oleh (Lina solawati, 2021). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara adiksi media sosial instagram dan kecemasan sosial pada mahasiswa pengguna media sosial instagram di Daerah Istimewa Yogyakarta . Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara adiksi pada instagram dan kecemasan sosial. Semakin rendah ketrgantungan instagram maka semakin rendah juga kecemasan sosial pada mahasiswa, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima.

Penelitian keempat yang berjudul “ Hubungan Kecemasan Sosial dengan Adiksi Media Sosial Instagram pada *Emerging Adulthood* “ yang diteliti oleh Wildatun Nisa’u Sholihah Darmawan , (Ristie Nashaya Faidatu’ Nissa & Muhammad Ilmi Hatta, 2022). Penelitian ini bertujuan untuk melihat seberapa erat hubungan antara kecemasan sosial dengan adiksi media sosial Instagram pada emerging adulthood di kota Bandung. Subjek penelitian ini adalah 200 mahasiswa berusia emerging adulthood yang terkategori adiksi media sosial Instagram. Teknik analisis yang digunakan adalah uji korelasi rank spearman. Data yang diperoleh menunjukkan terdapat hubungan positif yang kuat antara kecemasan sosial dengan adiksi media sosial Instagram pada emerging adulthood di kota Bandung dengan nilai korelasi 0.615 nilai signifikansi $p = 0.000 < 0,05$. Artinya, semakin tinggi tingkat kecemasan sosial yang dialami emerging adulthood di kota Bandung maka semakin tinggi kecenderungan emetging adulthood mengalami adiksi media sosial Instagram di kota Bandung.

Penelitian kelima yang berjudul “ Hubungan Intesintas Penggunaan Media Sosial Pada Tingkat kecemasan Generasi Z Mahasiswa Keperawatan Di STIKES Medistra Indonesia “ yang diteliti oleh (Nurlina et al., 2022) Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan intensitas penggunaan media sosial pada tingkat kecemasan generasi z mahasiswa keperawatan di STIKes Medistra Indonesia. Metode cross sectional dan teknik pengambilan sampel stratified random sampling. Sampel pada penelitian sejumlah 181.

Berdasarkan hasil uji statistik Chi – Square diperoleh p value $(0,000) < \text{nilai } \alpha (0,05)$, sehingga dapat dinyatakan bahwa H_0 ditolak artinya ada Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Pada Tingkat Kecemasan Generasi Z Mahasiswa Keperawatan Di STIKes Medistra Indonesia.

Dari uraian diatas terdapat pertanyaan penelitian yaitu :

- Apakah Ada Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa PKBM Kartini

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial instagram dengan kecemasan sosial pada remaja PKBM Kartini.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat penelitian

Penulis berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat dibidang psikologi sosial, khususnya yang berkaitan dengan kecemasan sosial.

1.4.2 Manfaat praktis

Penulis berharap penelitian ini dapat menjadi acun untuk penulis lainnya dalam meneliti dengan tema yang sama, dan juga dapat memberikan gambaran intensitas penggunaan media sosial instagram dengan kecemasan sosial, dan sebagai pengingat bahwa memperhatikan jam penggunaan media sosial pada remaja