

## HUBUNGAN MEMAKAI MEDIA SOSIAL DENGAN KEJADIAN DEPRESI PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNTAR ANGKATAN 2021

Ivan Santiago<sup>1\*</sup>, Evi<sup>2</sup>

Program Studi Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara Jakarta<sup>1,2</sup>

\*Corresponding Author : ivan.405200056@stu.untar.ac.id

### ABSTRAK

Zaman sekarang hampir seluruh individu mengakses media sosial secara online melalui komputer, ponsel pintar (*handphone*), laptop, tablet, dan media elektronik lainnya, khususnya para remaja. Hampir 4,2 miliar dari total populasi dunia telah menggunakan media sosial untuk berbagai tujuan terutama berkomunikasi satu sama lain. Berdasarkan data Global Digital Reports tahun 2021, Indonesia memiliki jumlah pengguna media sosial yang mencapai 170 juta. Media sosial sendiri memiliki banyak dampak positif dan negatif, salah satu dampak negatif yang dapat terjadi adalah depresi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai intensitas penggunaan media sosial terhadap kejadian depresi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumangara Angkatan 2021. Desain dari penelitian ini adalah analitik *cross-sectional* dengan sampel yang dipilih secara *consecutive non-random sampling* dan bersedia menjadi responden penelitian. Pengumpulan data penelitian dikumpulkan melalui pengisian kuesioner *Social Networking Time Use Scale* dan *Hospital Anxiety and Depression Scale*. Hasil penelitian pada total 160 responden dan didapatkan nilai *p-value* 0,727 yang menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara intensitas dari penggunaan media sosial dengan kejadian depresi, hal ini dapat dikarenakan penelitian ini hanya menilai tingkat intensitas penggunaan media sosial tanpa melakukan penilaian pada aspek motivasi dan tujuan penggunaan media sosial. Hal ini menunjukkan bahwa lamanya penggunaan sosial media bukan menjadi faktor penentu dalam angka kejadian depresi itu sendiri.

**Kata kunci** : media sosial, depresi, mahasiswa kedokteran

### ABSTRACT

Nowadays, almost all individuals access social media online via computers, smart phones (mobile phones), laptops, tablets and other electronic media, especially teenagers. Nearly 4.2 billion of the world's total population have used social media for various purposes, especially communicating with each other. Based on Global Digital Reports data for 2021, Indonesia has a total of 170 million social media users. Social media itself has many positive and negative impacts, one of the negative impacts that can occur is depression. The purpose of this study was to assess the intensity of social media use on the incidence of depression in students of the Faculty of Medicine, University of Tarumangara Batch 2021. The design of this study was cross-sectional analytic with samples selected by consecutive non-random sampling and willing to become research respondents. Collection of research data was collected by filling out the Social Networking Time Use Scale and Hospital Anxiety and Depression Scale questionnaires. The results of the study included a total of 160 respondents and obtained a *p-value* of 0.727 which indicated that there was no significant relationship between the intensity of social media use and the incidence of depression. purpose of using social media. This shows that the duration of social media use is not a determining factor in the incidence of depression itself.

**Keywords** : social media, depression, medical students

### PENDAHULUAN

Media sosial merupakan media yang dapat digunakan seseorang untuk berkomunikasi secara sosial dengan luas melalui internet dan teknologi web. Media sosial dapat diakses secara *online* melalui komputer, ponsel pintar (*handphone*), laptop, tablet dan media elektronik lainnya. Menurut laporan Global Digital Reports tahun 2021, jumlah pengguna media sosial di

seluruh dunia mencapai 4,2 miliar orang. Dalam konteks ini, Indonesia tercatat memiliki 170 juta pengguna media sosial pada tahun 2021. Menurut data yang dicatat oleh Kominfo pada tahun 2017, kelompok pengguna media sosial yang paling tinggi adalah usia 9-19 tahun, dengan persentase sebesar 93,25%. Fakta ini menunjukkan bahwa remaja adalah salah satu kelompok usia yang sangat aktif dalam mengakses media sosial.

Penggunaan media sosial memiliki efek positif dan negatif. Salah satu dampak positifnya adalah kemudahan dalam mengakses informasi, promosi usaha, dan memperluas jejaring pertemanan. Namun, ada juga dampak negatif yang perlu diperhatikan. Salah satunya adalah dorongan untuk mendapatkan perhatian dan pengakuan dari orang lain melalui media sosial, yang dapat menyebabkan perasaan rendah diri saat melihat kehidupan orang lain di *platform* tersebut. Selain itu, masalah *cyberbullying* juga menjadi ancaman, yang dapat menyebabkan tekanan psikologis dan mempengaruhi kesehatan mental seseorang, seperti kecemasan, depresi, dan gangguan mental lainnya.

Media sosial menyajikan gambar-gambar terbaik dari kehidupan orang-orang, seperti pesta atau liburan, yang membuat orang lain merasa bahwa kehidupan mereka sendiri jauh kurang beruntung dan tidak seberkahi. Dalam konteks ini, umpan balik negatif yang sering terjadi melalui komentar di media sosial dapat memicu timbulnya depresi atau kecemasan dengan lebih cepat daripada jika media sosial tidak digunakan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Seabrook dkk. (2016) dan Appel dkk. (2016), kondisi media sosial yang menyajikan gambar terbaik seseorang dan adanya komentar negatif menjadi penyebab utama hubungan antara penggunaan media sosial dengan terjadinya depresi dan kecemasan. Dalam hal ini, Peneliti melakukan kajian terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2021 dengan tujuan untuk mengeksplorasi apakah terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kejadian depresi. Penelitian ini dilakukan sebagai respons terhadap latar belakang yang menyebutkan bahwa penggunaan media sosial dapat menjadi faktor penyebab depresi dan kecemasan. Melalui penelitian ini, peneliti berharap dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan kejadian depresi pada populasi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2021. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi penting dalam memahami hubungan penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental mahasiswa kedokteran.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif *cross-sectional*, dengan sampel yang terdiri dari mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2021. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *consecutive non-random sampling*, dimana semua individu yang memenuhi kriteria pemilihan dipilih sampai ukuran sampel yang diinginkan tercapai. Kriteria inklusi meliputi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2021 yang memiliki satu akun media sosial yang aktif, serta bersedia menjadi responden dan setuju menandatangani *informed consent* untuk berpartisipasi dalam penelitian dan kriteria eksklusi meliputi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumangara diluar Angkatan 2021, mengkonsumsi obat-obatan narkotika, metabolik, psikotropika, & zat adiktif lainnya, pernah di diagnosis mempunyai gangguan mental sebelumnya atau sedang dalam terapi gangguan kejiwaan dan tidak bersedia menjadi subjek / responden penelitian. Penelitian ini menggunakan dua variabel penelitian, yaitu intensitas penggunaan media sosial mahasiswa dan status depresi mahasiswa. Pengumpulan data dilakukan dalam rentang waktu Mei hingga Juni 2023. Responden diminta untuk mengisi kuisioner yang terdiri dari beberapa bagian, Pertama, responden diminta untuk mengisi bagian identitas yang mencakup informasi seperti jenis kelamin dan usia. Kemudian, responden akan

diminta untuk mengisi Kuesioner *Social Networking Time Use Scale* (SONTUS). Kuesioner ini terdiri dari 29 pernyataan yang akan digunakan untuk menilai intensitas penggunaan media sosial oleh responden dan selanjutnya responden akan diminta untuk mengisi Kuesioner *Hospital Anxiety and Depression Scale* (HADS) untuk menilai tingkat depresi responden. Data yang terkumpul akan dianalisis secara statistik untuk menemukan hubungan yang signifikan antara kedua variabel penelitian tersebut dengan menggunakan aplikasi SPSS. Penelitian ini telah mendapatkan izin pelaksanaan dari Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. Nomor izin yang diberikan adalah 109/ADM/FK UNTAR/III/2023, dan izin tersebut dikeluarkan pada tanggal 1 Maret 2023.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan secara luring di Universitas Tarumanagara, dengan responden yang merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2021. Pengumpulan data dilakukan pada bulan Mei 2023. Total responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah 160 orang, yang telah dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Seluruh responden dalam penelitian ini memiliki rentang usia antara 19 tahun hingga 31 tahun. Mayoritas responden memiliki usia 20 tahun, dengan persentase sebesar 61,9%. Sementara itu, terdapat dua kelompok usia yang memiliki jumlah responden terkecil, yaitu usia 31 tahun dan 28 tahun, masing-masing hanya memiliki 1 responden (0,6%). Dalam hal jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan, dengan jumlah sebanyak 118 responden (73,8%). Sedangkan jumlah responden laki-laki sebanyak 42 orang (26,3%).

**Tabel 1. Karakteristik Sampel Penelitian (N=160)**

Variabel	Proporsi (%) n : 188	Mean ± SD	Median (Min-Max)
<b>Jenis Kelamin</b>			
Laki – laki	42 (26,3%)		
Perempuan	118 (73,8%)		
<b>Usia</b>			
		<b>20,45 ± 0,117</b>	<b>20</b> <b>(19-31)</b>
19 tahun	18 (11,3%)		
20 tahun	99 (61,9%)		
21 tahun	19 (14,4%)		
22 tahun	9 (6,9%)		
23 tahun	3 (1,9%)		
24 tahun	2 (1,3%)		
25 tahun	2 (1,3%)		
28 tahun	1 (0,6%)		
31 tahun	1 (0,6%)		

Dalam penelitian ini, terdapat 17 responden laki-laki yang memiliki intensitas penggunaan media sosial yang tinggi, sedangkan sisanya sebanyak 25 responden memiliki intensitas yang rendah. Pada jenis kelamin perempuan, terdapat 21 responden yang memiliki intensitas penggunaan media sosial yang tinggi, sedangkan sisanya sebanyak 67 responden memiliki intensitas yang rendah. Hal ini menunjukkan perbedaan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Najah, dkk di Indonesia yang menunjukkan intensitas penggunaan media sosial pada remaja cukup tinggi. Terdapat beberapa faktor yang mungkin dapat menjelaskan perbedaan ini. Salah satunya adalah perbedaan dalam metode pengumpulan data dan kondisi saat penelitian dilakukan. Kemungkinan bahwa responden tidak menjawab dengan benar atau tidak jujur dalam mengisi kuesioner dapat memengaruhi hasil serta perkuliahan yang padat membuat responden menjadi kurang fokus dalam proses pengisian. Selain itu, penelitian Najah, dkk

dilakukan pada saat puncak pandemi COVID-19 di mana kegiatan sosial masih dibatasi dengan *social distancing*. Hal ini dapat memengaruhi pola penggunaan media sosial pada remaja dan mempengaruhi hasil penelitian mereka.

**Tabel 2. Karakteristik Penggunaan Media Sosial Pada Mahasiswa FK Untar Angkatan 2021 (N=160)**

Jenis Kelamin	Intensitas Tinggi	Intensitas Rendah
Laki – laki	17 (40,5%)	25 (59,5%)
Perempuan	49 (41,5%)	69 (58,5%)
<b>Total</b>	<b>66 (41,25%)</b>	<b>94 (58,75%)</b>

**Tabel 3. Karakteristik Status Depresi Pada Mahasiswa FK Untar Angkatan 2021**

Variabel	Proporsi (%) n : 130
Tetap menikmati hal-hal yang biasanya dinikmati	
Tentu saja sangat suka	117 (73,1%)
Tidak begitu suka	15 (9,4%)
Hanya sedikit suka	28 (17,5%)
Hampir tidak suka sama sekali	0 (0 %)
Dapat tertawa dan melihat sisi yang menyenangkan dari seiap hal	
Sebanyak yang selalu bisa dilakukan	103 (64,4%)
Tidak terlalu bisa sekarang	37 (23,1%)
Tentu saja tidak begitu banyak sekarang	19 (11,9%)
Tidak sama sekali	1 (0,6%)
Merasa gembira	
Tidak sama sekali	2 (1,3%)
Tidak begitu sering	23 (14,4%)
Kadang – Kadang	77 (48,1%)
Hampir selalu	58 (36,3%)
Merasa seolah-olah tidak bersemangat	
Hampir selalu	12 (7,5%)
Sering kali	43 (26,9%)
Kadang – kadang	92 (57,5%)
Tidak sama sekali	13 (8,1%)
Kehilangan minat terhadap penampilan	
Tentu saja	11 (6,9%)
Tidak sepeduli seperti yang semestinya	30 (18,8%)
Mungkin tidak terlalu peduli	54 (33,8%)
Peduli seperti biasanya	65 (40,6%)
Menantikan dengan rasa senang hal-hal yang akan terjadi	
Sebanyak yang akan terjadi	79 (49,4%)
Agak kurang dari hal yang dinantikan sebelumnya	48 (30%)
Pastinya lebih dikit dari yang biasanya dinantikan sebelumnya	28 (17,5%)
Hampir tidak sama sekali	5 (3,1%)
Dapat menikmati membaca buku, mendengarkan radio, atau menonton televisi	
Sering	75 (46,9%)
Kadang – kadang	61 (38,1%)
Tidak sering	14 (8,8%)
Jarang sekali	10 (6,3%)

Dalam penelitian ini, data yang dikumpulkan mencakup gejala-gejala yang menunjukkan adanya depresi yang dialami oleh mahasiswa. Dari 28 responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini, sebanyak 17,5% dari mereka mengalami penurunan kesenangan terhadap hal-hal yang biasanya disukai. Hanya 0,6% responden yang tidak merasakan sama sekali kemampuan untuk tertawa dan melihat sisi yang menyenangkan dari setiap hal, sedangkan 11,9% responden menjawab bahwa mereka tidak begitu banyak merasakannya. Sebanyak 14,4% responden merasa tidak sama sekali gembira, sementara 14,4% lainnya mengatakan bahwa mereka tidak sering merasakannya. Pada aspek merasa tidak bersemangat, 7,5% responden merasa hampir selalu kehilangan semangat, dan 6,9% lainnya mulai tidak terlalu memperdulikan penampilan mereka. Selain itu, sebanyak 3,1% responden mulai jarang menantikan hal-hal yang akan terjadi dengan perasaan senang, dan 6,3% responden mengaku jarang menikmati kegiatan membaca buku, mendengarkan radio, atau menonton televisi.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan *chi-square* antara intensitas tinggi dan rendah penggunaan media sosial terhadap kejadian depresi dengan menggunakan uji chi-square, diperoleh nilai p-value sebesar 0,727. Nilai p-value yang lebih besar dari tingkat signifikansi yang ditetapkan ( $p > 0,05$ ) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara status intensitas penggunaan media sosial yang tinggi dengan kejadian depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2021.

**Tabel 4. Hasil Uji Bivariat**

Status Penggunaan Sosial	Intensitas Media	Depresi		P value	OR
		Ya n	Tidak %		
Intensitas tinggi		21	31,8%	45	68,2%
Intensitas rendah		27	28,7%	67	71,3%
<b>Total</b>		<b>48</b>	<b>30%</b>	<b>112</b>	<b>70%</b>

Hal ini tidak sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Aydin dan kolega yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara waktu yang dihabiskan pada media sosial dengan kejadian depresi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin lama waktu yang dihabiskan dalam menggunakan media sosial, risiko terjadinya kejadian depresi juga meningkat. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Najah dan kolega juga menunjukkan hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kejadian depresi pada remaja. Penelitian tersebut mendukung hipotesis bahwa intensitas penggunaan media sosial yang tinggi dapat berkontribusi pada risiko terjadinya depresi.

Penelitian yang dilakukan oleh Siringoringo dan rekan-rekan serta Puukko dan rekan-rekan menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan gejala depresi. Hasil tersebut sejalan dengan temuan pada penelitian ini. Penelitian-penelitian ini memberikan dukungan terhadap gagasan bahwa hubungan antara penggunaan media sosial dan depresi dapat bersifat kompleks dan dipengaruhi oleh faktor-faktor yang beragam dimana penelitian oleh Puukko dan rekan-rekan menyebutkan kemungkinan kondisi depresi dapat memicu peningkatan penggunaan media sosial sebagai mekanisme coping atau pengalihan perhatian. Penting untuk menyadari bahwa hasil penelitian ini dapat bervariasi dan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti metodologi penelitian, populasi sampel, instrumen pengukuran, konteks sosial yang berbeda, tujuan atau motif seseorang menggunakan media sosial. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut yang melibatkan sampel yang lebih besar dan representatif serta desain penelitian yang lebih kuat untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang hubungan antara penggunaan media sosial dan depresi.

## KESIMPULAN

Dari penelitian yang dilakukan pada 160 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumangara angkatan 2021, ditemukan bahwa 30% dari responden mengalami depresi, sedangkan 70% tidak mengalami depresi. Dalam hal penggunaan media sosial, sebanyak 41,25% responden termasuk dalam kelompok intensitas tinggi, sementara 58,75% termasuk dalam kelompok intensitas rendah. Namun, analisis bivariat dengan metode chi-square menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kejadian depresi dan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa tersebut. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dan kejadian depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumangara angkatan 2021.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih penulis sampaikan pada semua pihak yang telah berkontribusi dalam menyelesaikan artikel penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alsunni AA, Latif R. Higher emotional investment in social media is related to anxiety and depression in university students. *J Taibah Univ Med Sci.* 2020 Dec 19;16(2):247-252. doi: 10.1016/j.jtumed.2020.11.004. PMID: 33897330; PMCID: PMC8046824
- Aydin, S.; Koçak, O.; Shaw, T.A.; Buber, B.; Akpinar, E.Z.; Younis, M.Z. Investigation of the Effect of Social Media Addiction on Adults with Depression. *Healthcare* 2021, 9, 450. [https://doi.org/10.3390/ healthcare9040450](https://doi.org/10.3390/healthcare9040450)
- Desy Oktaheriyani, M. Ali Wafa, Shen Shadiqien. ANALISIS PERILAKU KOMUNIKASI PENGGUNA MEDIA SOSIAL TIKTOK (Studi Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik UNISKA MAB Banjarmasin). 2020 (cited 2023 Jan 19). Available from : <http://eprints.uniska-bjm.ac.id/3504/1/JURNAL%20ARTIKEL%20DES%20OKTAHERIYANI-dikonversi.pdf>
- Global Digital Reports. Digital 2021: INDONESIA. (updated 2021; cited 2023 Jan). Available from : <https://datareportal.com/reports/digital-2021-indonesia>
- Ivie EJ, Pettitt A, Moses LJ, Allen NB. A meta-analysis of the association between adolescent social media use and depressive symptoms. *J Affect Disord.* 2020 Oct 1;275:165-174. doi: 10.1016/j.jad.2020.06.014. Epub 2020 Jun 24. PMID: 32734903
- Najah FL, Azmi A, Nurazizah YS, Mulyana AA, Suhanda. The Effect of Social Media Use Intensity on Anxiety, Depression and Stress Level During Covid-19 Pandemic Outbreak. 2021(cited 2023 Jan 19). Available from : <https://ijnhs.net/index.php/ijnhs/article/download/508/319>
- Prajaniti, G., Swedarma, K., & Manangkot, M. (2022). HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN GEJALA DEPRESI PADA REMAJA DI SMAN 3 DENPASAR. *Coping: Community Of Publishing In Nursing,* 10(1), 52-64. doi:10.24843/coping.2022.v10.i01.p08
- Puukko K, Hietajärvi L, Maksniemi E, Alho K, Katarina Salmela-Aro. Social media use and depressive symptoms—a longitudinal study from early to late adolescence. *Int J Environ Res Public Health.* 2020;17(16):5921