

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA
SOSIAL DENGAN DEPRESI PADA REMAJA**

SKRIPSI

Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan

Oleh

Siti Nur Rohmawati

NIM 30902000209

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG

SEMARANG

2024


PERSYARATAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa proposal skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jika di kemudian hari ternyata Saya melakukan tindakan plagiarisme, Saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang di jatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Semarang, 4 Mei 2023

Mengetahui,
Wakil Dekan I

Peneliti,


(Dr. Hj. Ns. Sri Wahyuni, M/Kep., Sp.Kep. Mat)


(Siti Nur Rohmawati)





**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA
SOSIAL DENGAN DEPRESI PADA REMAJA**

SKRIPSI

Oleh

Siti Nur Rohmawati

NIM 30902000209



PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG

SEMARANG

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN
DEPRESI PADA REMAJA**

Dipersiapkan dan disusun oleh:


Nama : Siti Nur Rohmawati

NIM : 30902000209

Telah disahkan dan disetujui oleh pembimbing pada :

Pembimbing I


Tanggal : 20 Desember 2023


Ns. Betie Febriana, S.Kep., M.Kep

NIDN. 06. 2302.8802

Pembimbing II

Tanggal : 20 Desember 2023


Wahyu Endang Setyowati, SKM, M.Kep

NIDN. 06.1207.7404

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
DENGAN DEPRESI PADA REMAJA**

Disusun oleh:

Nama : Siti Nur Rohmawati

NIM : 30902000209

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 4 Januari 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I,

Dr. Ns. Hj. Dwi Heppy Rochmawati, M.Kep., Sp.Kep.J

NIDN. 06.1408.7702

Penguji II,

Ns. Betie Febriana, S.Kep., M.Kep

NIDN. 06.1207.8802

Penguji III,

Wahyu Endang Setyowati, SKM, M.Kep

NIDN. 06.2302.7404

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan

Iwan Ardian, SKM., M.Kep.

NIDN. 0622087403

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG

Skripsi, Desember 2023

ABSTRAK

Siti Nur Rohmawati

**HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
DENGAN DEPRESI PADA REMAJA**

54 hal + 5 tabel + xii (jumlah hal depan) + 13 lampiran

Latar Belakang: Intensitas penggunaan media sosial yang tinggi akan menyebabkan interaksi media sosial seperti *cyberbullying*, perbandingan sosial dan penampilan menyebabkan rendahnya harga diri, yang dapat memicu depresi. Dari kondisi stress yang tidak segera ditangani dapat menyebabkan depresi.

Metode: Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel yang digunakan adalah siswa kelas XI SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang. Teknik yang digunakan adalah total sampling sebanyak 98 responden. Uji yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *chi-square* dengan penggabungan cell.

Hasil: Hasil penelitian menggunakan uji *chi square*, dengan hasil intensitas penggunaan media sosial pada remaja yaitu rendah sebanyak 65 (66,3%) dan memiliki tingkat depresi ringan sebanyak 38 (38,8%). Dan memiliki *p value* 0,001 yang kurang dari 0,05 ($0,001 < 0,05$). Hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi.

Simpulan: Terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi remaja (*p value* < 0,05)

Kata Kunci: Intensitas penggunaan media sosial, Depresi, Remaja

Daftar Pustaka: 40 (2013-2023)

NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM
FACULTY OF NURSING SCIENCES
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG
Thesis, December 2023

ABSTRACT

Siti Nur Rohmawati

THE RELATIONSHIP BETWEEN INTENSITY OF SOCIAL MEDIA USE AND DEPRESSION IN ADOLESCENTS

54 pages + 5 tables + xii (number of front things) + 13 appendices

Background: High intensity use of social media will cause social media interactions such as cyberbullying, social comparison and appearance, causing low self-esteem, which can trigger depression. Teenage depression is not just feelings of stress or sadness that disappear or improve slightly, but a serious condition that can affect a teenager's behavior, emotions and thinking patterns. Stress conditions that are not resolved immediately can cause depression.

Method: Quantitative type of research with a cross sectional approach. The sample used was class XI students of SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang. The technique used was a total sampling of 98 respondents. The test used in this research is the chi-square test with cell merging.

Results: The results of the study used the chi square test, with the results that the intensity of social media use among teenagers was low at 65 (66.3%) and had a mild level of depression at 38 (38.8%). And it has a p value of 0.001 which is less than 0.05 ($0.001 < 0.05$). This means that there is a significant relationship between the intensity of social media use and depression.

Conclusion: There is a relationship between the intensity of social media use and depression in adolescents ($p \text{ value} < 0.05$)

Keywords: Intensity of social media use, Depression, Adolescents

Bibliography: 40 (2013-2023)

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Depresi Pada Remaja SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang”** dengan sebaik – baiknya. Shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW. Dalam penyusunan proposal penelitian ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulis banyak mendapatkan bimbingan dan saran yang bermanfaat dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan kali ini peneliti ingin menyampaikan terima kasih pada :

1. Prof. Dr. Gunarto S.H. M.Hum Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Iwan Ardian, S.KM, M.Kep, Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
3. Ns. Indra Tri Astuti, M.Kep, Sp.Kep.AN Kaprodi S1 Keperawatan fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
4. Ns. Betie Febriana, M.Kep dan Wahyu Endang Setyowati, SKM, M.Kep selaku pembimbing pertama dan kedua yang telah sabar meluangkan waktu serta tenaganya dalam memberikan bimbingan, ilmu dan nasihat yang sangat berharga, serta memberikan pelajaran buat saya tentang arti sebuah usaha, pengorbanan, ikhlas, tawakal dan kesabaran yang akan membuahkan hasil yang bagus pada akhir penyusunan penelitian ini.

5. Orangtua saya tercinta, Ibu Sri Hartini dan Bapak Sarjan serta adik saya Rif'an Maulana yang selalu memberikan support, motivasi dan doa hingga mencapai jenjang ini.
6. Sahabat-sahabat saya, Lailatul Muftia, Okta Putrining Utami, Tri Utaminingsih dan Tasya Afifatus Zulfa atas dukungan dan semangat yang diberikan selama penyusunan skripsi ini dan juga teman-teman departemen jiwa yang selalu memberi dukungan untuk berjuang bersama.
7. Terakhir, untuk diri saya sendiri, Siti Nur Rohmawati terimakasih atas segala kerja keras, dan semangatnya untuk berada di tahap ini. Terimakasih untuk jiwa dan raga yang masih tetap kuat dan sehat untuk segala hal yang dilalui hingga saat ini. Untuk kedepannya mari lebih ikhlas, bersyukur dan semangat untuk mau belajar terus. Mari berkerjasama untuk lebih berkembang lagi menjadi pribadi yang lebih baik. I'm proud of my self

Penulis menyadari bahwa didalam penulisan laporan ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu kritik dan saran sangat diharapkan untuk mencapai hasil yang lebih baik.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Semarang, Februari 2023

Penulis



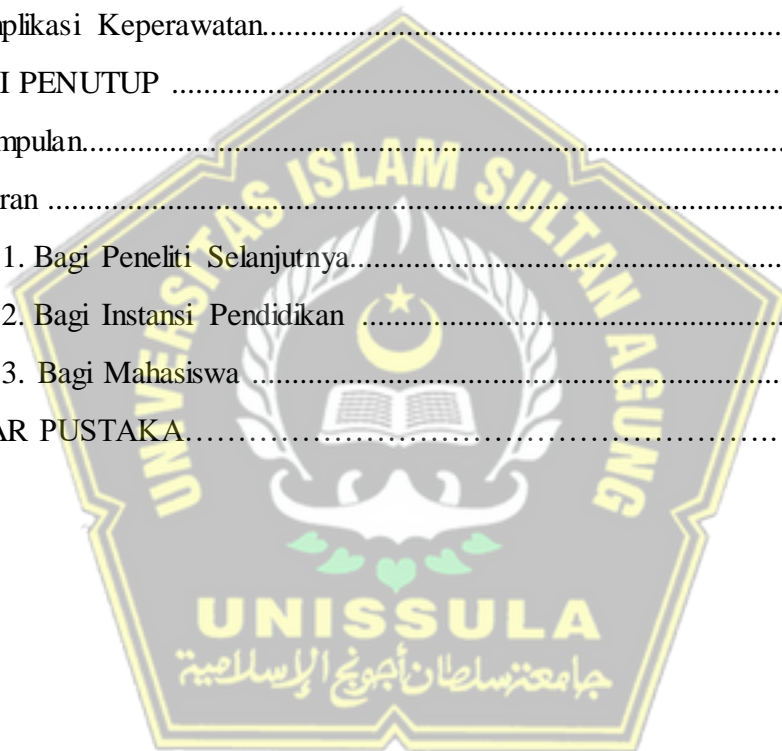
Siti Nur Rohmawati

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERSYARATAN BEBAS PLAGIARISME.....	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan umum.....	5
2. Tujuan khusus.....	5
D. Manfaat penulis.....	5
1. Manfaat teoritis.....	5
2. Manfaat praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Tinjauan Teori.....	7
1. Remaja.....	7
2. Depresi.....	11
3. Media Sosial.....	16
B. Kerangka Teori.....	23
C. Hipotesis.....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
A. Kerangka Konsep	25
B. Variable Penelitian.....	25

1. Variabel Bebas (Variabel Independen).....	26
2. Variabel Terikat (Variabel Dependen).....	26
C. Jenis dan Desain Penelitian.....	26
D Populasi dan Sampel	27
1. Populasi	27
2. Sempel.....	27
3. Teknik Pengambilan Sampel	28
E. Tempat dan Waktu Penelitian	29
F. Definisi Operasional.....	29
G. Instrument / Alat Pengumpulan Data.....	30
1. Instrument penelitian	30
2. Uji instrumen penelitian	30
H. Metode Pengumpulan Data.....	32
I. Rencana Analisa Data	32
1. Pengelolaan data.....	32
a. <i>Editing</i>	33
b. <i>Coding</i>	32
c. <i>Tabulasi Data</i>	32
d. <i>Entri data</i>	32
e. <i>Analiting data</i>	32
2. Jenis analisis data	32
a. Analisis univariat.....	32
b. Analisis bivariat.....	32
J. Etika Penelitian	37
1. <i>Autonomy</i> (menghormati hak pasien)	37
2. <i>Beneficience</i> (kebaikan).....	37
3. <i>Nonmaleficience</i> (Keamanan).....	37
4. <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan).....	37
5. <i>Veracity</i> (Kejujuran).....	37
6. <i>Justice</i> (Keadilan).....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	38

A. Pengantar Bab	38
B. Analisis Univariat	39
C. Analisis Bivariat	42
BAB V PEMBAHASAN	43
A. Pengantar Bab	43
B. Interpretasi dan Diskusi Hasil	43
1. Karakteristik Responden.....	43
2. Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Depresi.....	50
C. Keterbatasan Penelitian	55
D. Implikasi Keperawatan.....	55
BAB VI PENUTUP	57
A. Simpulan.....	57
B. Saran	58
1. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	58
2. Bagi Instansi Pendidikan	58
3. Bagi Mahasiswa	58
DAFTAR PUSTAKA.....	53



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional	29
Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Dan Usia Remaja (n=98).....	38
Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Intensitas penggunaan Media Sosial Remaja (n=98).....	39
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Depresi Remaja (n=98).....	40
Tabel 4.4. Hasil Uji Analisis Chi Square Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan depresi.....	40



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	23
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep	25



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Ijin Survey Penelitian
- Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian dan Pengambilan Data penelitian
- Lampiran 3. Surat Jawaban Perizinan Penelitian
- Lampiran 4. Surat *Ethical Clearance*
- Lampiran 5. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Instrumen Penelitian
- Lampiran 8. Jadwal Penelitian
- Lampiran 9. Uji Univariat
- Lampiran 10. Uji Bivariat
- Lampiran 11. Lembar Catatan Konsultasi
- Lampiran 12. Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kalangan remaja, media sosial seakan menjadi candu bagi mereka. Kebanyakan mereka membuang waktu istirahatnya bermain media sosial seperti Facebook, Twitter, Instagram, Tik tok, dan media sosial lainnya. Bagi remaja memiliki akun media sosial di berbagai platform sudah menjadi hal yang lumrah. Karena akun media sosial sudah menjadi cara untuk mengekspresikan diri dan menunjukkan eksistensi .

Platform sosial adalah platform digital yang memungkinkan pengguna untuk terlibat, berkolaborasi, dan menciptakan konten melalui blog, wiki, jaringan sosial, forum, dunia maya, dan sejenisnya. Blog, jaringan sosial, dan wiki adalah bentuk platform sosial yang paling populer dan paling banyak digunakan di seluruh dunia (Gani, 2020). Media sosial merupakan platform media yang membantu penggunanya untuk dapat mempresentasikan diri, berinteraksi sosial, kerja sama, sharing, maupun terhubung dengan para pemakainya meskipun secara online (Indriani et al., 2022).

Periode remaja memicu transisi dari masa anak ke masa dewasa, yang melibatkan berbagai tugas pengembangan diri dalam kehidupan sosial, termasuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan berinteraksi dengan teman sebaya melalui jejaring sosial remaja. Hampir semua remaja menggunakan media sosial, sehingga penggunaannya pada kelompok usia ini tidak dapat dihindari. Biasanya mereka menggunakan media sosial untuk

berbagi dan mencari informasi pada platform media sosial yang dimiliki (Prajaniti et al., 2022)

Berdasarkan laporan (APJII) pada Januari 2022 terdapat sebanyak 191 juta orang yang aktif menggunakan media sosial. Jumlah ini mengalami peningkatan 12,35% dibandingkan tahun sebelumnya yang sebanyak 170 juta orang. Dibandingkan dengan kelompok usia lainnya, usia remaja yang paling banyak dan menempati posisi pertama dalam penggunaan media sosial. Dapat dilihat dari hasil survei APJII tingkat penetrasi internet tahun 2021-2022 mencapai 99,16% untuk kelompok usia 13-18 tahun.

Tidak bisa dipungkiri media sosial dapat memicu dampak positif dan negatif. Sebagai contoh dampak positif media sosial membantu untuk berkomunikasi secara elektronik dan orang-orang dapat berinteraksi meskipun dari jarak jauh, membantu mencari, menemukan berbagai informasi, sebagai pemecahan masalah, tempat untuk ekspresi diri, hiburan atau untuk meredakan emosi dan kesepian. Di lain sisi, media sosial memberi dampak negative juga, yaitu dapat mengalami kecanduan media sosial, penyalahgunaan online yang dapat menyebabkan tindak pidana seperti penindasan dan Cybercrime. Selain itu, mungkin juga menyebabkan gangguan kesehatan mental seperti gangguan mental seperti kecemasan, harga diri rendah dan depresi (Sitepu et al., 2022).

Depresi merupakan gangguan mental yang dapat menjadikan diri dalam bentuk pesimisme, kehilangan minat, perasaan tidak berharga, rasa bersalah, kurangnya konsentrasi masalah tidur dan nafsu makan. Bentuk interaksi media sosial seperti cyberbullying, perbandingan sosial dan

penampilan menyebabkan rendahnya harga diri, yang dapat memicu depresi. Perasaan stress atau sedih yang hilang atau sedikit membaik, tetapi kondisi serius yang bisa memengaruhi perilaku, emosi, dan pola berpikir remaja. Dari kondisi stress yang tidak segera ditangani dapat menyebabkan depresi (Dianovinina, 2018)

Suatu studi (Primack, 2017) tentang potensi dampak penggunaan jumlah media sosial pada depresi dan kecemasan, ditemukan bahwa semakin meningkatnya penggunaan media sosial, semakin mudah terkena depresi dan kecemasan. Analisis data studi tersebut menunjukkan bahwa individu yang menggunakan tujuh hingga sebelas platform media sosial berisiko lebih besar mengalami depresi dan kecemasan dibandingkan dengan individu yang hanya menggunakan dua platform media sosial atau sama sekali tidak menggunakan platform media sosial.

Penelitian Istinjaia, (2019) penggunaan jejaring sosial juga berdampak pada peningkatan tindakan intimidasi online, kurang tidur, serta penghinaan terhadap bentuk tubuh yang dapat memperburuk gejala depresi. Dalam penelitian tersebut, ditemukan bahwa terdapat empat faktor yang berkaitan dengan gejala depresi, yaitu intimidasi virtual, pola tidur, persepsi tubuh, dan harga diri. Semua faktor tersebut memiliki hubungan erat dengan risiko meningkatnya gejala depresi.

Menurut riset yang dilakukan oleh (Prajniti et al., 2022) disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan namun kurang kuat antara penggunaan media sosial dengan gejala depresi yang dialami oleh siswa SMA N 3 Denpasar. Meskipun terdapat hubungan yang lemah,

kemungkinan gejala depresi remaja disebabkan oleh faktor lain seperti masalah pribadi atau tekanan akademik yang sedang dihadapi.

Hasil studi pendahuluan pada 10 siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang peneliti telah menemukan bahwa terdapat 8 siswa mengakses media sosial lebih dari 6 kali sehari. Kemudian 6 siswa dengan durasi penggunaan media sosial lebih dari 60 menit setiap kali membuka media sosialnya. Selain itu, terdapat 5 siswa yang menyatakan pernah mengalami gejala depresi seperti kesedihan, mudah gelisah, sering menangis, suka menyendiri, hilangnya ketertarikan pada sesuatu hal, dan gangguan pola tidur.

Penjelasan yang telah diuraikan, maka peneliti tertarik untuk meneliti topik tentang hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan tingkat depresi pada murid SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang prevalensi penggunaan media sosial yang tinggi dan hubungannya dengan depresi, peneliti tertarik untuk meneliti, “Apakah ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan depresi pada siswa SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui adanya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi pada siswa kelas XI SMA

2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi karakteristik responden.

- b. Mengidentifikasi tingkat depresi
- c. Mengidentifikasi intensitas penggunaan media sosial
- d. Menganalisis adanya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial terhadap depresi.

3. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan dapat mengetahui seberapa erat kaitannya, memberikan informasi dan menambah pengetahuan bagi pembaca tentang intensitas penggunaan media sosial dan depresi pada remaja.

2. Manfaat Praktis

1) Responden

Hal ini dimaksudkan bahwa dengan membatasi jumlah penggunaan media sosial agar tetap sehat, hal ini akan memberikan informasi yang berguna untuk inisiatif mencegah depresi dan menjaga kesehatan mental.

2) Institusi

Hal ini diyakini berfungsi sebagai landasan untuk konseling atau instruksi mengenai sejauh mana penggunaan media sosial dan depresi dalam lingkungan institusional.

3) Peneliti Selanjutnya

Tujuannya agar dapat dipublikasikan dan dijadikan sumber bagi para peneliti di kemudian hari untuk menciptakan inovasi tambahan.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Remaja

a. Definisi Remaja

Masa remaja atau *adolescence* adalah fase transisi dalam perkembangan yang melibatkan perubahan sosial ekonomi, kognitif dan biologis (Santrock, 2003). Remaja akan mengalami banyak perubahan dalam hal emosi, tubuh, minat, dan pola perilaku, serta masalah yang akan datang (Hurlock, 2001).

Remaja merupakan masa konservasi hingga dewasa dimana segala perkembangan dialami selama konservasi. Masa remaja dapat disebut dengan masa labil (Indriani et al., 2022). Selama masa remaja, menulis dan mempertahankan kebiasaan sosial dan emosional merupakan komponen penting dari kesejahteraan mental seseorang (Diorarta & Mustikasari, 2020).

Dapat dikatakan masa remaja merupakan fase yang mengkhawatirkan, karena dengan begitu seseorang meninggalkan masa kanak-kanak, untuk memasuki masa dewasa yang harus di lewati. Masa ini di persepsikan sebagai masa krisis, karena masih belum ada arahan kapan kepribadiannya dalam proses pembentukan identitas diri (Muin, 2019).

b. Karakteristik remaja.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Jannah (2017), masa remaja memiliki beberapa fitur yang membedakannya dari masa lain, seperti:

1) Masa remaja sebagai masa yang penting

Disebut masa yang penting karena saat ini tubuh dan otak seseorang berkembang dengan sangat cepat dan banyak perubahan yang terjadi akan berdampak pada perkembangan selanjutnya.

2) Masa remaja sebagai masa berikutnya

Remaja berada di masa pertengahan diantara masa anak-anak dan masa dewasa maka mulai menetapkan karakter, perilaku, nilai dan keseharian yang cocok untuk mereka.

3) Masa remaja adalah masa pencarian jati diri

Individu berusaha memperjelas siapa dirinya dalam lingkaran sosialnya untuk mendapatkan pengakuan. Mereka juga akan cenderung menggunakan simbol status kekayaan atau bentuk kebanggaan lainnya untuk membenarkan tindakan mereka di masyarakat untuk menarik simpatik.

4) Masa remaja merupakan ambang menuju dewasa

Remaja harus dipaksakan menyingkirkan kebiasaan masa kanak-kanak sebagai tanggapan atas keadaan ini, mereka terkadang bertindak seperti orang dewasa di sekitar mereka

untuk menunjukkan bahwa mereka sudah dewasa dan siap untuk bertumbuh

c. Perkembangan Remaja

Dalam (Pratama, 2021), ada tiga tahapan dalam perkembangan remaja yaitu;

1. Remaja awal

Saat ini berusia antara 12 dan 15 tahun. Sekolah Menengah Pertama (SMP) adalah tempat biasa bagi remaja menengah. Fase remaja unik karena tubuh mereka berubah dengan cepat. Remaja juga memiliki minat lawan jenis.

2. Remaja Madya

Tahapan selanjutnya adalah masa remaja pertengahan. Pada saat ini, berusia antara 15 hingga 18 tahun. Remaja menengah ini biasanya masuk SMA. Tahap ini unik karena perubahan tubuh remaja mulai berakhir dan sangat memperhatikan keberadaan teman, dan merasa puas jika memiliki banyak teman yang mereka hargai.

3. Remaja Akhir

Usia Ini menandai berakhirnya masa remaja berkisar antara 18 hingga 21 tahun. Remaja biasanya bekerja, mulai menghidupi keluarga, atau melanjutkan ke perguruan tinggi. Fase ini unik karena remaja sudah tumbuh menjadi orang dewasa dan mengikuti nilai-nilai orang dewasa.

d. Tugas Perkembangan Remaja

Menurut William Kay dalam (Saputro, 2018) beberapa tugas terkait perkembangan remaja:

1. Akui identitas dan karakteristik yang berbeda.
2. Menjadi mandiri secara emosional terhadap pengasuh atau atasan.
3. Kembangkan kemampuan interpersonal dan pelajari cara bergaul dengan orang lain dan teman sebaya dalam kelompok maupun sendiri.
4. Carilah model manusia untuk digunakan sebagai identitas
5. Menerima dirinya sendiri dan mempercayai kemampuan dirinya sendiri
6. Memperkuat pengendalian diri (kemampuan untuk melakukan pengendalian diri) berdasarkan nilai, prinsip atau pandangan dunia.
7. Mampu mengatasi respon dan modifikasi perilaku yang belum matang.

2. Depresi

a. Definisi Depresi

Menurut Townsend & Morgan (2018) depresi adalah kondisi yang melibatkan perubahan suasana hati (*mood*), fungsi biologis, keyakinan, dan perilaku yang di tandai dengan *mood* yang sering berubah-ubah, pesimis, harga diri rendah, isolasi sosial, gangguan tidur, tidak nafsu makan. Depresi muncul akibat dari penumpukan stres yang menyebabkan suasana hati yang tertekan.

Penyakit mental yang bermanifestasi sebagai perasaan melankolis, kehilangan minat atau kebahagiaan, energi buruk, rasa puas diri atau rendah diri, masalah tidur atau anoreksia, kelelahan, dan kesulitan fokus dikenal sebagai depresi (Wu, 2019)

Ketidakmampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan situasi atau peristiwa yang memengaruhi kehidupan fisik, psikologis, dan sosialnya dikenal sebagai depresi. Kondisi ini dapat menyebabkan gangguan besar pada kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan dapat berulang dalam jangka waktu yang lama. Dalam skenario terburuk, depresi dapat memicu bunuh diri (Hadi et al., 2017).

b. Tanda Gejala Depresi

Menurut ICD-10 dalam (Istinajia, 2019), depresi dikategorikan berdasarkan beberapa gejala, termasuk suasana hati yang buruk, kehilangan minat atau semangat, dan mudah lelah. Gejala episode depresi dibagi menjadi beberapa bagian,

- 1) Gejala utama, kehilangan minat dan kesenangan serta penurunan energi yang menyebabkan peningkatan kelelahan dan penurunan aktifitas.
- 2) Gejala lainnya seperti berkurangnya kemampuan untuk berkonsentrasi dan memperhatikan, rendahnya kepercayaan diri, pikiran tidak berharga, dan pandangan suram yang mengakibatkan pesimisme, pikiran atau tindakan menyakiti atau bunuh diri, gangguan tidur dan penurunan nafsu makan.

c. Klasifikasi Depresi

Menurut Hadi et al., (2017) depresi adalah salah satu dari dua kategori gangguan *mood*:

1) Depresi berat

Gangguan depresi ditandai dengan hilangnya minat atau kebahagiaan dalam suatu hal aktifitas yang biasa mereka lakukan. Gejala yang terlihat adalah:

Gangguan fungsi dan aktivitas sosial dengan jangka minimal 2 minggu, tanpa adanya perilaku manik. Orang yang memiliki penyakit depresi berat memiliki nafsu makan yang memburuk, penurunan atau kenaikan berat badan yang signifikan, sulit tidur atau tidur berlebihan, cemas secara fisik atau fungsi motorik melambat dalam situasi ekstrem lainnya.

2) Gangguan Distimik

Di tingkat yang lebih rendah, gangguan distimik memiliki tanda-tanda yang mirip dengan gangguan depresi mayor.

Suasana hati yang terasa sedih atau tekanan dikenal sebagai gangguan distimik. Tidak ada gejala psikotik pada gangguan distimik; satu-satunya gejala adalah depresi jangka panjang yang terjadi setiap hari atau lebih dari satu hari selama dua tahun.

Kelainan ini dibagi menjadi:

- 1 Peristiwa dini, yang terjadi sebelum usia 21 tahun;
- 2 Peristiwa lambat, yang terjadi setelah 21 tahun ke atas.

d. Faktor Penyebab Depresi

Banyak faktor penyebab depresi termasuk genetik, biologis, lingkungan, dan psikologis. Beberapa dari banyak sumber depresi berkurangnya fungsi otak yang disebabkan oleh pengaturan suasana hati, kerentanan genetik, peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, penggunaan narkoba, dan perawatan medis. Banyak orang percaya bahwa kombinasi dari faktor-faktor ini menyebabkan depresi (Dianovinina, 2018).

Distrosi kognitif, yaitu kecenderungan untuk menginterpretasikan persepsi yang menyimpang dari kejadian sehari-hari, terdiri dari pandangan tentang diri sendiri, pandangan tentang masa depan, dan pandangan tentang pengalaman hidup, yang masing-masing biasanya menghasilkan pandangan negatif, adalah penyebab psikologis dari depresi. Selain itu, faktor sosial termasuk masalah hubungan pergaulan tidak baik. Faktor sosial-ekonomi juga dapat mempengaruhi kondisi

seseorang yang depresi. Mereka yang memiliki status ekonomi rendah lebih sering depresi dibandingkan yang tinggi (Beck, 1967).

Sejumlah faktor, termasuk dinamika keluarga, gaya pengasuhan, dan konflik, lingkungan sekolah, penyebab stres sehari-hari seperti penyakit fisik, kecacatan, dan lingkungan, serta kondisi jangka panjang seperti pola tidur, persalinan dini, depresi pada ibu, dan kecerdasan emosional, semuanya dapat berkontribusi terhadap depresi pada anak usia sekolah (Saputri & Nurrahima, 2020).

e. Pengukuran Depresi

Pada tahun 1996 Beck mengembangkan suatu alat ukur yang digunakan untuk menilai derajat depresi pada seseorang, yang kemudian di beri nama alat ukur *Beck Depression Inventory-II*. Kuesioner ini dipilih karena beberapa keunggulannya dari alat instrument lainnya termasuk kemampuannya untuk mengidentifikasi gejala depresi pada seseorang, biaya rendah BDI-II, kemudahan penggunaan, dan kesesuaian untuk responden berusia 13 tahun. Hasilnya, sangat direkomendasikan dan sering digunakan dalam penelitian. Uji validitas dan reliabilitas BDI-II pada masyarakat Indonesia menunjukkan tingkat spesifisitas dan sensitivitas sebesar 73% (Istinajia, 2019).

Peserta menyelesaikan sendiri 21 item survei yang membentuk BDI-II. Setiap pertanyaan diberi skor berdasarkan skala 0 hingga 3. Skor keseluruhan total menunjukkan seberapa depresi responden. Jumlah skor responden terkait dengan intensitas gejala depresinya. Jika skor mulai dari 0 hingga 13 menunjukkan depresi normal atau minimal, skor

mulai dari 14 hingga 19 menunjukkan depresi ringan, skor mulai dari 20 hingga 28 menunjukkan depresi sedang, dan skor terakhir dari 29 hingga 63 menunjukkan depresi berat (Sitepu et al., 2022).

3. Media Sosial

a. Definisi Media Sosial

Sosial media sarana komunikasi, wadah bagi penggunanya untuk berbagi informasi, bercerita dan menyalurkan ide-idenya (Istinajia, 2019). Media sosial memberikan tempat bagi penggunanya untuk mengekspresikan diri melalui konten-konten yang di unggah. Melalui media sosial, antar individu atau kelompok menciptakan hubungan yang akrab tanpa harus bertemu secara langsung (Al Aziz, 2020)

Media sosial adalah jenis media online yang membantu orang berinteraksi satu sama lain, dan mereka melakukannya dengan menggunakan teknologi jaringan, yang mengubah pesan menjadi diskusi interaktif. Disebut juga seperangkat alat untuk berkomunikasi dan bekerja sama yang memungkinkan berbagai interaksi yang biasanya tidak dapat dilakukan oleh kebanyakan orang. (Liedfray et al., 2022)

b. Fungsi Media Sosial

Fungsi media sosial yaitu membentuk kerangka jaringan yang terdiri dari blok-blok yang saling berhubungan (Sabekti, 2019):

1. Identifikasi berfungsi kemampuan identitas untuk menentukan bagaimana pengguna mengungkapkan bagaimana identitasnya saat berinteraksi.
2. Fitur percakapan yang memungkinkan komunikasi antar pengguna secara luas.
3. Mengirim dan menerima pesan menjadi lebih mudah bagi orang yang membagikannya.
4. Fitur kehadiran membantu mengetahui keberadaan setiap pengguna.
5. Relasi menampilkan jumlah pengguna yang memiliki koneksi dengan pengguna lain.
6. Reputasi bertujuan untuk memungkinkan pengguna melaporkan status mereka sendiri serta menentukan status sosial orang lain.
7. Pengguna dapat membuat komunitas dan grup baru dengan menggunakan grup.

c. Jenis Media Sosial

Ada enam yang dikategori jenis media sosial menurut Kaplan & Michael pada tahun 2010 dalam (Sabekti, 2019):

1. Kolaborasi *Web*.

Di website, konten dapat ditambahkan, diubah, atau dihapus oleh pengguna.

2. Blog

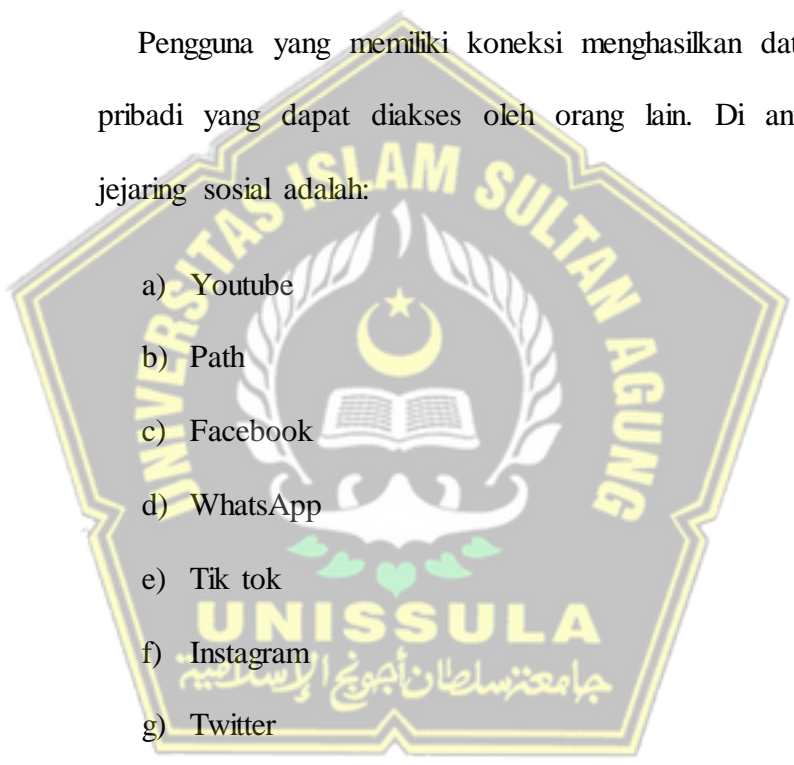
Di blog, pengguna bebas mengekspresikan diri dalam berbagai cara, seperti memberikan informasi atau memberikan kritik.

3. Konten-konten

Pengguna situs bertukar file multimedia, termasuk e-book, film, gambar, dan lainnya.

4. Jejaring Sosial

Pengguna yang memiliki koneksi menghasilkan data sosial dan pribadi yang dapat diakses oleh orang lain. Di antara platform jejaring sosial adalah:

- 
- a) Youtube
 - b) Path
 - c) Facebook
 - d) WhatsApp
 - e) Tik tok
 - f) Instagram
 - g) Twitter
 - h) Snapchat

5. Dunia Sosial virtual

Dunia virtual yang meniru lingkungan 3D dimana pengguna dapat berinteraksi dengan orang lain yang tidak mereka kenal di kehidupan nyata dengan membuat avatar pilihan mereka.

6. Dunia Maya

Dunia maya di mana pengguna menganggap diri mereka tinggal di satu lingkungan, di mana mereka dapat berkomunikasi dengan pengguna lain. Namun lingkungan sosial online menawarkan kebebasan lebih besar dan kehidupan yang lebih berharga seperti kehidupan orang lain.

d. Dampak Media Sosial

Media sosial menyebabkan dampak psikologis yang menguntungkan dan merugikan pada remaja (Gani, 2020).

1) Dampak positif

a) Meningkatkan lingkaran pertemanan. Anak dapat berteman dengan orang-orang dari seluruh dunia melalui situs media sosial ini. Terlepas dari kenyataan bahwa sebagian besar dari mereka belum pernah bertemu secara langsung.

b) Mereka dapat bersosial dan memberikan umpan balik satu sama lain melalui teman online, anak-anak dan remaja dimotivasi untuk belajar dan berkembang.

c) Remaja belajar lebih bijak, ramah, dan empati melalui jejaring sosial. Misalnya, memberikan perhatian kepada teman yang merayakan ulang tahunnya, berkomentar tentang foto, video, dan status teman, dan mempertahankan hubungan persahabatan meskipun mereka tidak dapat bertemu secara langsung.

2) Dampak negatif

- a) Karena perhatian mereka terganggu oleh media sosial dan kehilangan fokus, siswa biasanya malas dalam belajar.
- b) Munculnya rasa malas berkomunikasi di kehidupan sehari-hari yang mengganggu pemahaman mereka tentang bahasa. Jika anak-anak menggunakan dunia maya secara berlebihan.
- c) Tanpa disadari mereka yang menghabiskan sebagian besar waktu di internet menjadi lebih egois dan kurangnya empati pada lingkungannya.
- d) Pencurian perempuan muda, perjudian online, penipuan, eksploitasi, atau pencemaran nama baik, dan kejahatan-kejahatan lain yang sering terjadi di masa lalu, semuanya semakin meningkat.
- e) Ketergantungan. Kasus baru yang mirip dengan depresi akibat Facebook. Penyakit ini memiliki kemiripan dengan penyakit mental, kecanduan, kecemasan, dan perilaku tidak sehat lainnya.
- f) *Adiktif*. Pengguna yang tidak memiliki control diri dalam menggunakan media sosial akan menyebabkan kecanduan.

e. Aspek Intensitas Penggunaan Media Sosial

Komponen inti dari penggunaan internet termasuk frekuensi dan durasi yang dihabiskan untuk mengakses internet (Gani, 2020).

1) Frekuensi

Ini menunjukkan seberapa sering orang menggunakan internet untuk berbagai tujuan. Jumlah waktu yang digunakan ditunjukkan dalam satuan waktu tertentu, seperti hari, minggu, atau bulan.

2) Durasi

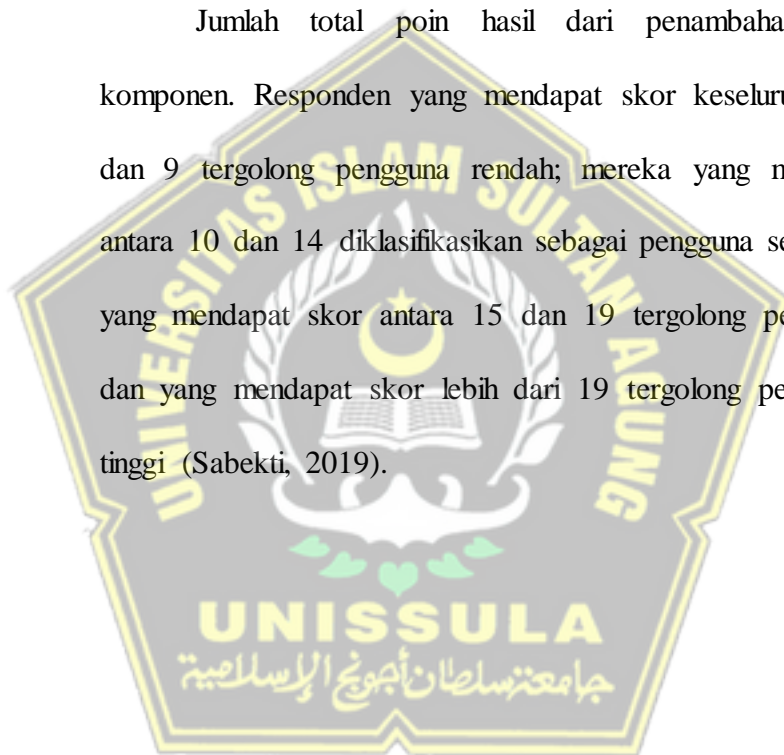
Durasi menunjukkan berapa lama orang menggunakan internet untuk berbagai tujuan. Waktu penggunaan diukur dalam satuan waktu, seperti menit atau jam. Interval waktu penggunaan media sosial didefinisikan sebagai berikut (Sugiyanto, 2017)

- a) Sangat lama : lebih dari tujuh jam sehari di media sosial.
 - b) Lama : menghabiskan 5-6 jam
 - c) Sedang : menggunakan media sosial 3-4 jam
 - d) Singkat : selama satu sampai dua jam
 - e) Sangat singkat : kurang dari 1 jam
- f. Pengukuran *SONTUS***

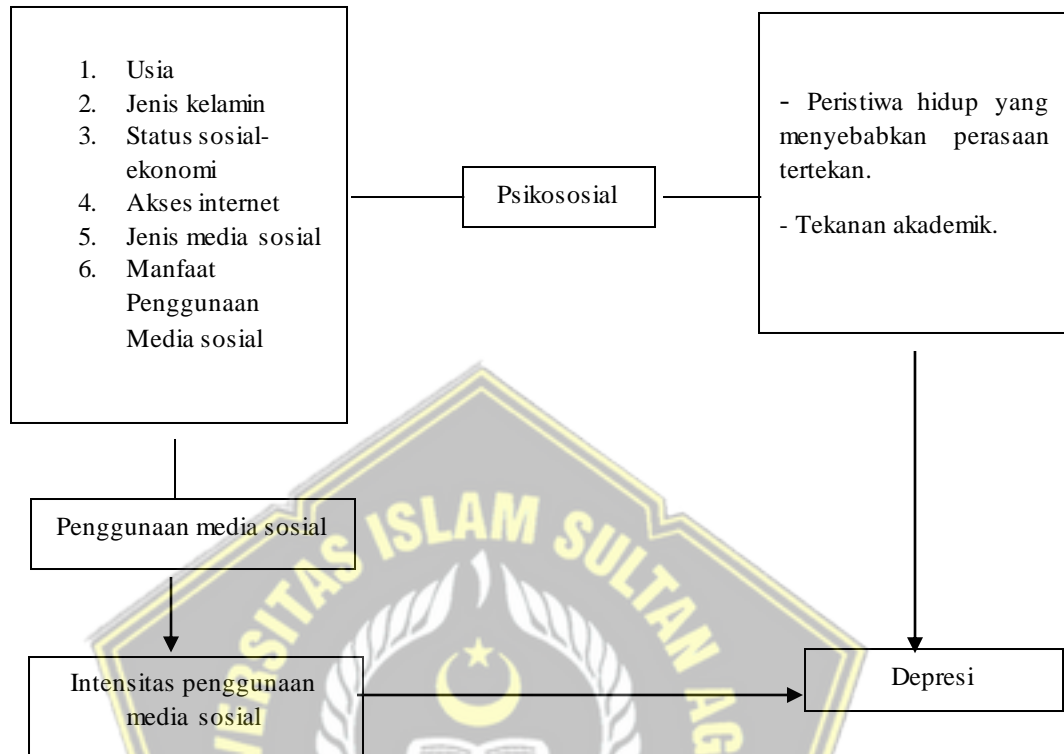
Salah satu survei yang digunakan untuk mengukur berapa banyak waktu yang dihabiskan di media sosial selama seminggu terakhir adalah *Social Network Time Use Scale* (SONTUS). Yunusa Olufadi merilis kuesioner ini tahun 2015 untuk digunakan di semua platform media sosial di seluruh dunia. Validitas dan reliabilitas telah diuji dengan nilai validitas melebihi 0,74 dan 0,93 (Prajaniti et al., 2022).

Kuesioner skala penggunaan media sosial diberikan kepada responden untuk menentukan seberapa sering mereka menggunakan media sosial. Penilaian SONTUS terdiri dari lima kategori: waktu yang digunakan untuk tujuan rekreasi, waktu yang digunakan untuk tujuan ilmiah, waktu yang digunakan di tempat umum, waktu yang digunakan terkait dengan stres, dan hubungannya dengan dorongan untuk menggunakan (Sabekti, 2019).

Jumlah total poin hasil dari penambahan lima poin komponen. Responden yang mendapat skor keseluruhan antara 5 dan 9 tergolong pengguna rendah; mereka yang mendapat skor antara 10 dan 14 diklasifikasikan sebagai pengguna sedang; mereka yang mendapat skor antara 15 dan 19 tergolong pengguna tinggi; dan yang mendapat skor lebih dari 19 tergolong pengguna sangat tinggi (Sabekti, 2019).



B. Kerangka Teori



Skema 2.1 Kerangka Teori

Sumber : (Evans & Nizette, 2017; Sitepu et al., 2022; Townsend & Morgan, 2018)

C. Hipotesis

Hipotesis adalah solusi temporer terhadap suatu permasalahan dalam penelitian yang perlu diverifikasi secara empiris. Jika ditinjau sehubungan dengan variabel penelitian, adalah pernyataan tentang bagaimana variabel-variabel berhubungan satu sama lain (Nasution, 2020). Berdasarkan kerangka teori diatas, dapat diambil hipotesis yaitu hubungan antara intensitas media sosial dengan depresi pada remaja kelas XI SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah :

Ha : Adanya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi pada remaja.

Ho : Tidak ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi pada remaja.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Kerangka Konsep

Landasan penelitian ini adalah kerangka konseptual penelitian, yaitu teori yang mengatur interaksi antara variabel bebas dan variabel terikat sebagai subjek penelitian (Sugiyono, 2013).

Berikut adalah kerangka konsep :



Gambar 3. 1 Kerangka Konsep

Keterangan :

 : Area yang diteliti

 : Ada hubungan

B. Variabel Peneliti

Suatu sifat atau karakteristik individu, objek, atau aktifitas unik yang menunjukkan variasi yang dipilih peneliti untuk diperiksa dan kemudian mengambil kesimpulannya (Sugiyono, 2013).

Sugiyono, (2013) mengatakan bahwa jenis variabel ini berbeda berdasarkan hubungan antara masing-masing, yaitu:

1. Variabel Bebas

Variabel bebas juga disebut sebagai variabel independen adalah variabel yang mempunyai pengaruh terhadap variabel terikat sebelum

variabel terikat tersebut benar-benar muncul. Derajat penggunaan media sosial menjadi variabel independen (Independen) dalam penelitian ini.

2. Variabel Terikat

Variabel terikat dapat disebut variabel dependen. Variabel yang mempengaruhi atau timbul dari variabel independen disebut dengan variabel keterikatan. Depresi merupakan variabel keterikatan (dependent) dalam penelitian ini.

C. Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian kuantitatif adalah metodologi yang digunakan. Penelitian semacam ini, menurut Ahyar dkk (2020), berfokus pada pengukuran dan penetapan korelasi sebab akibat antara sejumlah variabel yang menjadi subjek penelitian. Bahan penelitian disajikan dalam bentuk data numerik dan diinterpretasikan dengan metode statistik (Sugiyono, 2013).

Peneliti menggunakan pendekatan cross-sectional dalam penelitian kuantitatifnya. Pendekatan ini melibatkan pengambilan data hasil pengukuran variabel secara bersamaan, yang berarti subjek penelitian hanya diobservasi sekali selama proses pengambilan data.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Semua partisipan penelitian yang berkualitas dan memenuhi kriteria tertentu disebut sebagai populasi (Ahyar et al., 2020). Populasi dalam penelitian ini melibatkan 108 siswa kelas XI SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang.

2. Sampel

Suatu sampel terdiri atas karakteristik dan jumlah populasi (Sugiyono, 2019). Strategi pengambilan sampel yang digunakan adalah pendekatan total sampling, artinya jumlah sampel yang diambil sama dengan jumlah populasi (Sugiyono, 2013).

Penelitian ini menggunakan jumlah sampel sebanyak 108 siswa; namun, 10 orang dikeluarkan untuk penelitian pendahuluan, sehingga menyisakan 98 siswa sebagai sampel.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Sampel dipilih sesuai dengan kriteria berikut:

a. Kriteria Inklusi

Setiap orang dalam populasi yang akan dijadikan sampel harus memenuhi persyaratan inklusi (Adiputra et al., 2021). Berikut adalah kriteria inklusi yang digunakan dalam penelitian ini:

- 1) Siswa terdaftar di kelas XI SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang
- 2) Siswa yang aktif menggunakan salah satu sosial media WhatsApp, Instagram, Tik Tok, Youtube, dan lain-lain.

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria yang tidak sesuai dengan kondisi untuk dijadikan sampel merupakan kriteria eksklusi penelitian ini (Sugiyono, 2013).

Berikut ini adalah kriteria eksklusi:

- 1) Selain siswa kelas XI SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang
- 2) Siswa yang tidak menggunakan media sosial.

E. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang. Dilaksanakan pada bulan Agustus hingga September 2023.

F. Definisi Operasional

Definisi Operasional yaitu definisi berdasarkan pada penggunaan kata-kata yang menyorankan perilaku atau gejala yang dapat diperiksa, dikonfirmasi, dan didefinisikan. Atau, hal tersebut merupakan pergeseran konseptual yang dinyatakan sebagai konstruksi berdasarkan kualitas yang dapat diamati dari item yang dideskripsikan (Adiputra et al., 2021).



Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Penelitian	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Intensitas Penggunaan Media Sosial	Kecenderungan dan frekuensi penggunaan media sosial seseorang.	Pengukuran menggunakan Kuesioner <i>Social Networking Time Use Scale</i> (SONTUS) yang terdiri dari 29 pertanyaan dengan pilihan poin 1-11 sesuai dengan waktu atau lamanya penggunaan media sosial.	Dengan kategori skoring sebagai berikut : a. Rendah = 5-9 b. Sedang = 10-14 c. Tinggi = 15-19 d. Sangat tinggi = >19 Total skoring setelah dilakukan pengecekan mean : a. Rendah < 14 b. Sangat Tinggi >14	Ordinal
Depresi	Depresi merupakan Gangguan <i>mood/</i> suasana perasaan yang ditandai dengan perasaan sedih, kehilangan minat, merasa tidak berguna, merasa bersalah, putus asa, sulit berkonsentrasi, insomnia, penurunan nafsu makan.	Pengukuran menggunakan skala ukur <i>Beck Depression Inventory-II</i> (BDI-II) yang terdiri dari atas 21 pertanyaan dengan skor : TS : 0 RR : 1 S : 2 SS : 3	Dengan kategori skoring sebagai berikut : a. Tidak Depresi = 0-13 b. Ringan = 14-19 c. Sedang = 20-28 d. Berat = 29-63 Setelah dilakukan penggabungan cell sebagai berikut: a. Tidak Depresi di gabung dengan depresi ringan b. Depresi sedang digabung dengan depresi berat.	Ordinal

G. Instrumen /Alat Pengumpulan Data

1. Instrumen penelitian

Alat yang digunakan dalam penelitian untuk mengumpulkan data disebut instrumen (Sugiyono, 2013). Parameter yang telah ditetapkan sebelumnya berfungsi sebagai panduan dan menyelaraskan dengan penelitian yang dimaksudkan. Kuesioner BDI-II pada bagian depresi dan kuesioner SONTUS bagian intensitas penggunaan media sosial karena

kuesioner sudah valid dan reliable maka peneliti tidak melakukan uji validitas dan reabilitas. Adapun tiga bagian dalam kuesioner:

- a. Bagian pertama tentang identitas responden meliputi nama responden, nomor WA, umur, jenis kelamin.
- b. Kedua berfokus pada gejala depresi dan berupaya mengetahui seberapa parah gejala yang dialami siswa di SMA Islam Sultan Agung 3 Semarang. Penilaiannya dikategorikan dalam skala ordinal dan menggunakan skala likert. Kuesioner ini berisi 21 item mengenai emosi responden selama dua minggu sebelumnya.

Pilihan jawabannya antara lain:

- 1) Skor 0 di berikan kepada TS (Tidak Setuju)
 - 2) Skor 1 diberikan untuk RR (Belum diputuskan).
 - 3) Nilai S (Setuju) adalah 2.
 - 4) Skor 3 diberikan kepada SS (Sangat Setuju).
- c. Bagian ketiga yaitu tentang pertanyaan intensitas penggunaan media sosial pada responden tujuannya untuk mengetahui frekuensi, durasi dan keterikatan siswa. Ada 29 pertanyaan dalam kuesioner ini, dan jawaban diberikan dalam skala Likert dari 1 sampai 11.

Hal berikutnya yang harus diperhatikan adalah arah pengkodean setiap item setelah dijawab menggunakan skala dalam rentang tersebut. Untuk mencapai hal ini, Skala Penggunaan Waktu Jejaring Sosial (SONTUS) memberikan nomor dan kode pada setiap item dengan rincian sebagai berikut:

1 = Jika responden memilih skala Likert dengan rentang 1-3

2 = Jika responden memilih poin sampai 4-6

3 = Jika responden memilih nilai 7-9

4 = jika responden memilih angka 10 atau 11

Tahap selanjutnya adalah mengevaluasi skor setiap item untuk masing-masing lima komponen, yang kemudian digabungkan sehingga menghasilkan skor total untuk lima komponen atau aspek yang berkisar antara 5 hingga 23, setelah setiap item mendapatkan skor dalam penilaian. rentang nilai yang ditunjukkan sebelumnya adalah 1 sampai 4. Derajat intensitas penggunaan ditunjukkan dengan total skor yang diperoleh dari lima elemen atau fitur pada skala ini (Maria, 2019).

Tahap diakhiri dengan membaca skor pada lampiran instrumen aslinya. Intensitas penggunaan rendah di tunjukkan dengan skor 5 sampai 9, intensitas penggunaan normal nilai 10 sampai 14, skor antara 15 dan 19 menunjukkan intensitas penggunaan tinggi, dan intensitas penggunaan sangat tinggi berada di nilai lebih dari 19 (Maria, 2019).

2. Uji instrument penelitian

a. Uji validitas

Uji keabsahan adalah suatu prosedur yang dirancang untuk mengevaluasi keabsahan suatu alat ukur. Kuesioner dianggap sah apabila pertanyaan-pertanyaannya membuka aspek yang diukur. Item instrumen dianggap valid apabila nilai r hitung sama dengan atau lebih besar dari nilai r tabel. Sebaliknya item instrumen

dianggap tidak valid apabila nilai r hitung lebih kecil dari r tabel. Validitas instrumen hanya dapat dipastikan jika nilai p kurang dari 0,05. Instrumen dianggap tidak valid jika nilai p lebih besar dari 0,05. Prosedur yang digunakan adalah rumus Product Momen (Sugiyono, 2013).

Pada penelitian (Sabekti, 2019) kuesioner SONTUS telah teruji validitas, dimana validitasnya memperoleh nilai diatas 0,74. Dalam penelitian (Handayani, 2020) kuesioner BDI-II sebelumnya uji validitas telah dengan total responden berjumlah 60 orang. Tes ini dilakukan di RSUD Meuraxa Banda Aceh dan RSUD Dr Zainoel Abidin. Pada taraf signifikansi 5% uji validitas Pearson Product Moment menghasilkan nilai r setiap item pertanyaan lebih besar atau sama dengan r tabel. Didapatkan nilai $r = 0,811$ sehingga kuesioner BDI-II ini dianggap valid.

b. Uji Reabilitas

Mengukur reliabilitas suatu instrumen menunjukkan sejauh mana instrumen tersebut dapat diandalkan. Dengan demikian, konsistensi alat ukur dan apakah tetap konsisten meskipun pengukuran dilakukan berulang-ulang, dapat dipastikan melalui uji reliabilitas. Jika suatu alat pengukur secara konsisten memberikan hasil yang sama pada beberapa pengukuran, alat tersebut dianggap dapat dipercaya atau dapat diandalkan (Nursalam, 2017).

Dalam penelitian (Sabekti, 2019) menyatakan bahwa kuesioner SONTUS telah teruji reabilitas dengan nilai Cronbach Alpha $\alpha = 0,93$ sehingga dinyatakan kuesioner tersebut reliabel.

Setelah kuesioner BDI-II di uji reabilitas menggunakan Internal Consistency pada penelitian (Handayani, 2020)di dapatkan hasil uji realibilitas dengan koefisien Cronbach Alpha $\alpha = 0,9832$ artinya dinyatakan dapat dipercaya atau reliabel dalam tiap item responden.

H. Metode Pengumpulan Data

Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data. Informasi yang dikumpulkan dari kuesioner bersifat signifikan dan bersifat pribadi. Ada beberapa langkah yang dilakukan dalam pengumpulan data untuk penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Awalnya kepala sekolah berkonsultasi dengan peneliti untuk mendapatkan izin penelitian.
2. Peneliti menyerahkan penelitian kepada dekan Fakultas Keperawatan Unissula setelah mendapat surat kuasa. Setelah itu, Anda akan menerima izin dan surat tanggapan untuk memulai penelitian.
3. Peneliti minta izin dari Kepala sekolah untuk mendapatkan daftar nama mahasiswa yang akan dijadikan responden dalam penelitian.
4. Responden diberikan penjelasan mengenai tujuan dan maksud penelitian.
5. Setelah memahami dan menyetujui, responden diminta menandatangani formulir informed consent sebagai tanda keikutsertaan dalam penelitian.

6. Peneliti menjelaskan seluk-beluk pengisian kuesioner kepada responden.
7. Siswa yang mengikuti proses pembelajaran mengisi angket, dan setelah semua item telah diisi oleh responden, angket dikumpulkan kembali untuk keperluan analisis data.

I. Rencana Analisa Data

1. Pengolahan data

Pengolahan data dilakukan setelah data dikumpulkan dan diperiksa kelengkapannya. Setelah informasi terkumpul dan dipastikan keutuhannya, selanjutnya dilakukan pemrosesan data dengan tahapan (Hasibuan, 2020) :

a. *Editing*

Setiap sampel dikumpulkan dan selanjutnya diperiksa untuk menjamin ketepatan dan keseluruhan data yang diperoleh.

b. *Coding*

Memanfaatkan kode untuk memfasilitasi analisis data yang sudah ada di komputer.

c. *Tabulating*

Untuk memudahkan penginputan data ke dalam komputer, lengkapilah tabel data dengan data yang ditulis sesuai dengan kode.

d. *Entry data*

Menggunakan alat komputer untuk analisis statistik untuk memasukkan data.

e. *Analiting data*

Periksa informasi menggunakan program Windows SPSS versi 27 untuk analisis data.

2. Jenis Analisis Data

Alat komputer yang menggunakan program SPSS 27 versi for Windows digunakan untuk analisis data dalam penelitian. Setelah itu digunakan analisis univariat dan bivariat untuk menguji data yang terkumpul.

a. Analisa Univariat

Tabel distribusi frekuensi digunakan dalam analisis univariat untuk memberikan penjelasan setiap variabel (Nursalam, 2017). Data hasil survei dapat ditampilkan menggunakan grafik, ukuran pusat, atau tabel distribusi frekuensi saat melakukan analisis univariat. Hubungan antara depresi remaja dan penggunaan media sosial diperiksa menggunakan analisis data univariat.

b. Analisis Bivariat

Metode analisis untuk menentukan hubungan antara dua variabel disebut analisis dua variabel, baik dalam bentuk perbandingan, asosiasi, maupun korelasi. Jenis analisis dua variabel terdiri dari uji parametrik dan non-parametrik (Nursalam, 2017). Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara gejala depresi remaja dengan jumlah penggunaan media sosial, dua variabel dianalisis dalam penelitian ini menggunakan uji statistik Chi Square.

J. Etika Penelitian

Karena praktik perlindungan etik, kemampuan perawat untuk memberikan layanan perlindungan dibatasi oleh norma-norma yang ditetapkan oleh organisasi moral (Nursalam, 2017).

1. *Autonomy* (Kebebasan hak pasien)

Dasar kebebasan, dimana perawat tidak ada hak untuk memaksa calon responden, responden berhak memilih sendiri pilihannya tanpa ada paksaan.

2. *Beneficence* (kebaikan)

Perawat selalu berusaha untuk memastikan bahwa semua pelayanan pasien mewujudkan prinsip-prinsip kebaikan (promosi kebaikan). Studi ini dapat mengurangi kekhawatiran responden terhadap depresi.

3. *Nonmaleficence* (sampel tidak di rugikan)

Manusia digunakan pada sebagian besar populasi dan sampel penelitian yang besar. Oleh karena itu, pasien mempunyai risiko besar menderita cedera fisik dan psikologis. Para profesional medis tidak boleh melakukan pemeriksaan terhadap pasien yang dapat membahayakan nyawa mereka atau merugikan mereka dengan cara apa pun.

4. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Peneliti harus merahasiakan informasi yang telah diberikan respondennya dalam bentuk apapun dan kepada siapapun. Kerahasiaan ini dilakukan demi kenyamanan.

5. *Veracity* (kebenaran/kejujuran)

Peneliti keperawatan menyelidiki keuntungan, konsekuensi, dan potensi hasil dari partisipasi pasien dalam tugas-tugas yang memerlukan transparansi. Responden mempunyai hak-hak dari perawat, termasuk kemampuan untuk mengetahui tujuan, manfaat, dan efek penelitian, yang wajib dibagikan oleh peneliti.

6. *Justice* (keadilan)

Keadilan adalah bentuk sifat terhadap sampel tanpa membedakan suatu hal yang menjadi perbedaan antar responden satu dengan yang lainnya dalam bentuk apapun. Peneliti harus dapat bersikap adil kesemua responden.



BAB IV

HASIL PENELITIAN

Total 98 responden berpartisipasi dalam studi penelitian tanggal 5 September 2023. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah depresi remaja dan jumlah penggunaan media sosial berhubungan. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan terhadap kuesioner yang digunakan dalam penelitian untuk mengukur jumlah depresi dan penggunaan media sosial.

A. Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan dengan uji univariat pada karakteristik responden untuk mendeskripsikan responden yang diteliti yaitu Usia dan jenis kelamin responden. Ciri-ciri responden pada tabel di bawah ini dijelaskan sebagai berikut:

1. Usia

Tabel 4.1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia remaja (n=98)

Umur	Frekuensi (f)	Presentase (%)
15 tahun	2	2
16 tahun	75	76,5
17 tahun	21	21,4
Total	98	100

Tabel 4.1 di atas merangkum temuan penelitian yang menunjukkan bahwa rata-rata usia remaja adalah antara 16 dan 15 tahun (75 responden atau 76,5%) dan 2 responden atau 2%).

2. Jenis Kelamin

Tabel 4.2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin remaja (n=98)

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki-Laki	42	42,9
Perempuan	56	57,1
Total	98	100

Tabel 4.2 di atas menyajikan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa masing-masing 56 responden (57,1%) dan 42 responden (42,9%) berjenis kelamin perempuan, yang berarti mayoritas remaja adalah perempuan.

B. Analisa Univariat

Analisa univariat digunakan untuk menggambarkan sampel penelitian dari semua variabel penelitian dengan cara menyusun secara tersendiri untuk masing-masing variabel, diantaranya.

1. Intensitas Penggunaan Media Sosial (SONTUS)

Tabel 4.3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan intensitas penggunaan media sosial remaja (n=98)

Tingkat Pemakaian Media Sosial	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Rendah	65	66,3
Sangat Tinggi	33	33,7
Total	98	100

Berdasarkan tabel 4.3 diatas didapatkan hasil penelitian tingkat pemakaian media sosial pada remaja diperoleh paling banyak tingkat pemakaian media sosial rendah sebanyak 65 responden atau (66,3%) dan responden paling sedikit berada pada tingkat pemakaian sosial media sangat tinggi sebanyak 33 responden atau (33,7%).

2. Tingkat Depresi

Tabel 4.4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat depresi pada remaja (n=98)

Tingkat Depresi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tidak Depresi	14	14,3
Ringan	38	38,8
Sedang	34	34,7
Berat	12	12,2
Total	98	100

Berdasarkan tabel 4.3 diatas didapatkan hasil penelitian tingkat depresi pada remaja paling banyak adalah tingkat depresi ringan sebanyak 38 responden atau (38,8%) dan paling sedikit berada ditingkat depresi berat yaitu sebanyak 12 atau responden atau (12,2%).

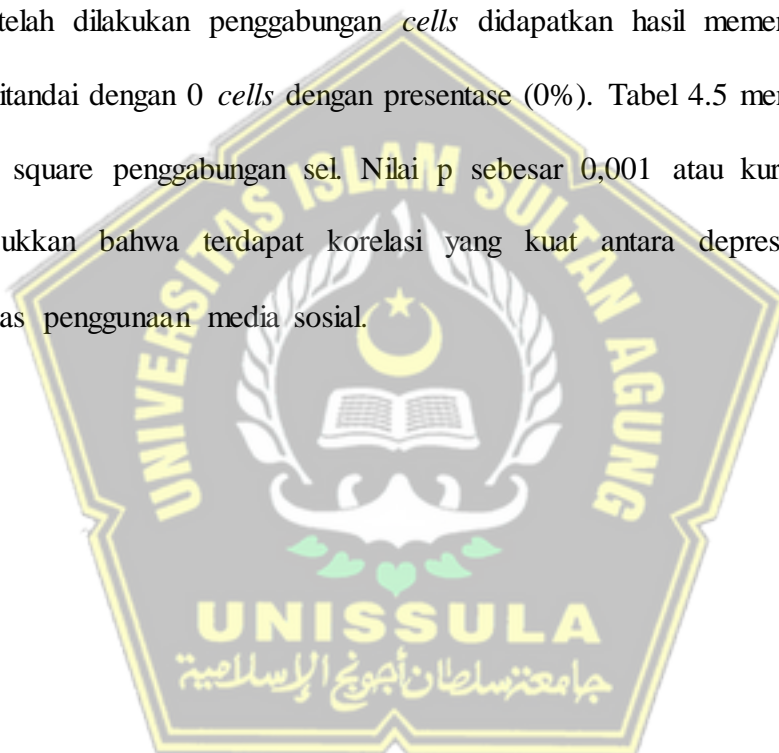
C. Analisa Bivariat

Uji Chi Square digunakan dalam analisis bivariat untuk memastikan hubungan antara depresi remaja dan jumlah penggunaan media sosial.

Tabel 4.5. Hasil Uji Chi Square penggabungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Depresi (n=98)

		Tingkat Depresi				Nilai <i>p</i>
		Depresi Ringan		Depresi Berat		
Intensitas Penggunaan Media Sosial	Intensitas Rendah	42	64,6	23	35,4	0,001
	Intensitas Sangat Tinggi	10	30,3	23	69,7	
Total		52	53,1	46	46,9	

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan uji *chi square* dengan penggabungan sel. Uji *chi square* dilakukan sebelum penggabungan sel, namun hasilnya tidak sesuai dengan spesifikasi pengujian yaitu terdapat hasil 8 *cells* sebesar (50,0%). Kemudian dilakukanlah penggabungan *cells* atau kelompok, dari 4 kategori di gabung menjadi 2 kategori yaitu kategori tidak depresi digabung dengan kategori ringan, sedangkan kategori sedang digabung dengan kategori berat. Penggabungan *cells* dilakukan karena setelah dilakukan uji *chi square* hasil tidak memenuhi syarat uji, setelah dilakukan penggabungan *cells* didapatkan hasil memenuhi syarat uji yaitu ditandai dengan 0 *cells* dengan presentase (0%). Tabel 4.5 menampilkan hasil uji *chi square* penggabungan sel. Nilai *p* sebesar 0,001 atau kurang dari 0,05 menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang kuat antara depresi remaja dan intensitas penggunaan media sosial.



BAB V

PEMBAHASAN

A. Pengantar Bab

Pada bab ini, peneliti akan membahas temuan penelitian bertajuk “Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Depresi Pada Remaja”. Hasil yang dilaporkan menggambarkan karakteristik masing-masing responden yang terdiri dari usia dan jenis kelamin, sedangkan analisis univariat menggambarkan intensitas penggunaan media sosial dan tingkat depresi, dan analisis bivariat menggambarkan hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan depresi pada remaja. Hasil diskusinya adalah sebagai berikut.

B. Interpretasi dan Diskusi Hasil

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Berdasarkan temuan penelitian, sebagian besar responden 75 orang atau 76,5%, diikuti kelompok usia 17 tahun sebanyak 21 orang atau 21,4%.

Usia responden berkisar antara 15 hingga 17 tahun, dengan 16 (65,2%) merupakan usia tertinggi, menurut hasil penelitian. Remaja pada usia ini mempunyai tingkat kecanduan media sosial yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja pada usia 14 tahun, dan tingkatnya kembali lebih rendah pada usia 18 tahun (Sitepu et al., 2022).

Periode remaja memicu transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang lebih bertanggung jawab, yang melibatkan berbagai tugas pengembangan diri dalam kehidupan sosial, termasuk meningkatkan kemampuan berkomunikasi dan berinteraksi dengan teman sebaya melalui jejaring sosial remaja. Hampir semua remaja menggunakan media sosial, sehingga penggunaannya pada kelompok usia ini tidak dapat dihindari. Biasanya, orang menggunakan media sosial untuk memposting konten dan mencari informasi di berbagai jaringannya (Prajanti et al., 2022).

Peneliti berasumsi bahwa anak-anak di usia remaja cenderung menjadi sangat emosional dan tumbuh lebih cepat dari biasanya. Ditemukan bahwa siswa yang mengalami kecemasan dan depresi memiliki kecenderungan untuk memusatkan perhatian mereka pada pikiran-pikiran yang tidak masuk akal dan mengganggu.

b. Jenis Kelamin 

Hasil penelitian ini menunjukkan responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 56 orang atau 57,1% sedangkan responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 42 orang atau 42,9%. Karakteristik responden menurut jenis kelamin yaitu jumlah responden siswa berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan responden siswa yang berjenis kelamin laki-laki.

Hormon esterogen yang di miliki wanita dapat mempengaruhi suasana hati sehingga mereka lebih rentan terhadap depresi (Sitepu et al., 2022). Perempuan aktif di media sosial didasarkan pada karakteristik yang mereka miliki, seperti keinginan mereka untuk diperhatikan oleh orang lain dan refleksi dari sifat (Utomo et al., 2021).

Peneliti berasumsi karena perempuan lebih narsisme dalam menggunakan media sosial daripada laki-laki, perempuan cenderung menggunakannya lebih buruk.

c. Intensitas Penggunaan Media Sosial

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 65, atau 66,3% dari responden, memiliki tingkat penggunaan media sosial yang rendah.

Menurut Aprilia et al., (2020) remaja dapat mengontrol penggunaan media sosial mereka bahkan jika mereka menggunakannya setiap hari; dengan demikian, penggunaan media sosial tidak berdampak pada kegiatan lain yang mereka lakukan setiap hari. Pengguna internet yang memiliki kontrol diri yang tinggi mampu mengontrol perilaku mereka saat berada di internet sehingga mereka tidak mudah tenggelam dan hanya menggunakan internet saat diperlukan (Utomo et al., 2021).

Peneliti berasumsi bahwa karena remaja kurang percaya diri dalam mengekspresikan diri di kehidupan nyata, mereka lebih suka mengekspresikan diri di media sosial. Mereka juga percaya

bahwa penggunaan sosial media yang berlebihan dapat menyebabkan ketagihan sosial media karena kurangnya regulasi diri.

d. Tingkat Depresi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa yang memiliki tingkat depresi ringan merupakan proporsi yang paling banyak yaitu 38 atau 38,8% responden, yang sejalan dengan gagasan sebagian besar siswa tidak depresi (Utomo et al., 2021).

Banyak faktor yang berkontribusi pada depresi remaja; beberapa penelitian menunjukkan bahwa penolakan, baik dalam keluarga, lingkungan, atau sosial, serta pengalaman hidup yang tidak menyenangkan, dapat menyebabkan remaja mengalami pribadi yang bermasalah (Sa'diyah et al., 2022). Remaja yang mengalami depresi dapat mengalami hal-hal seperti kehilangan minat, mudah tersinggung, pemarah, merasa hampa, kecanduan rokok, penyalahgunaan zat, penurunan fungsi sosial, dan penurunan prestasi akademik (Utomo et al., 2021).

Peneliti berasumsi bahwa depresi dapat menyebabkan gejala buruk pada remaja karena interaksi sosial yang tidak harmonis dan perasaan membandingkan diri.

2. Hubungan Intensitas penggunaan Media sosial Dengan Depresi

Uji korelasi, digunakan untuk mengetahui bagaimana dua variabel dalam penelitian ini berhubungan satu sama lain. Ada korelasi signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dan depresi pada remaja; hasilnya menunjukkan bahwa p value ($0,001 < 0,05$), yang berarti H_0 dari penelitian ini dapat ditolak.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya (Utomo et al., 2021), yang menemukan hubungan yang signifikan dengan p value = 0,018 antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi. Penemuan ini juga sejalan dengan penelitian Handikarsa et al., (2018) di Semarang yang secara statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara frekuensi penggunaan media sosial dengan gejala depresi pada responden, dengan intensitas penggunaan media sosial yang lebih tinggi sebanding dengan depresi yang mereka alami.

Banyaknya hal buruk yang dapat ditemui seperti cyberbullying dan munculnya perasaan tidak percaya diri, ragu, dan tidak bersyukur. apabila terlalu sering menggunakan media sosial hingga kecanduan (Puukko et al., 2020).

Faktor psikososial juga dapat menyebabkan depresi pada remaja yang sering menggunakan media sosial, yang dapat menyebabkan kecanduan dan mengakibatkan gejala negatif (Saputri & Nurrahima, 2020). Dalam kasus di mana remaja mengalami kecenderungan kecanduan media sosial, kecenderungan

ini mendorong mereka untuk membandingkan diri dengan orang lain dan melihat kekurangan mereka dibandingkan dengan kelebihan mereka. Ini mungkin menambah tekanan bagi mereka (Indriani et al., 2022)

Banyak faktor penyebab depresi termasuk genetik, biologis, lingkungan, dan psikologis. Penurunan fungsi otak yang terkait dengan pengaturan suasana hati, kerentanan genetik, peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, penggunaan obat-obatan, dan penggunaan obat-obatan adalah salah satu dari banyak sumber depresi (Dianovinina, 2018).

Beberapa faktor dapat menyebabkan depresi pada anak usia sekolah termasuk lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan tekanan atau stres setiap hari. Faktor-faktor kronis lainnya termasuk masalah ekonomi keluarga, waktu tidur, persalinan prematur, depresi ibu, dan kecerdasan emosional (Saputri & Nurrahima, 2020)

Remaja yang kecanduan menggunakan sosial media dapat mengalami depresi dan mengalami banyak pengalaman negatif dari interaksi sosial seperti cyberbullying (Maria,2019). Selain itu, remaja depresi lebih cenderung menggunakan sosial media dan menunjukkan perilaku depresi karena mereka selalu membandingkan diri dengan orang lain yang menggunakan sosial media (Utomo et al., 2021).

Adanya korelasi antara intensitas penggunaan media sosial dengan tingkat depresi remaja dapat berdampak pada kehidupan akademik. Remaja yang depresi dapat mengalami hal-hal buruk

seperti penyalahgunaan zat, konsumsi rokok, bunuh diri, penurunan fungsi sosial, dan penurunan prestasi akademik (Prajanti et al., 2022)

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian hanya terbatas pada satu angkatan saja, sehingga peneliti tidak dapat mengetahui sepenuhnya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi remaja secara menyeluruh.

D. Implikasi Keperawatan

Hasil penelitian hubungan penggunaan media sosial yang intens pada remaja dan depresi menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara keduanya.

1. Profesi

Penelitian ini, khususnya dalam keperawatan jiwa, dapat membantu pembaca memahami hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi pada remaja.

2. Institusi

Studi ini dapat memberikan informasi kepada universitas dan lembaga pendidikan tentang hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan depresi pada remaja. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian Fakultas Ilmu Keperawatan yang akan datang.

3. Masyarakat

Penelitian ini memberikan informasi tentang intensitas penggunaan media sosial dan depresi remaja kepada masyarakat luas, terutama pada remaja.

BAB VI

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dan diskusi bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa demografi responden penelitian ini adalah sebagian besar perempuan, sebagian besar berusia 16 tahun, dan sebagian besar memiliki tingkat depresi ringan. Terdapat hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi pada remaja, dengan p value $0,001 < 0,05$. Ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan depresi pada remaja.

B. Saran

1. Peneliti Selanjutnya :

Dapat menemukan cara untuk mengatasi depresi dan memberikan solusi yang sesuai untuk siswa. Selain itu, penelitian dengan berbagai pendekatan diperlukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan depresi pada remaja.

2. Instansi Pendidikan :

Diharapkan dapat meningkatkan referensi dan evaluasi untuk mengurangi peningkatan penggunaan media sosial yang berkaitan dengan depresi.

3. Remaja

Remaja diharapkan mampu memanfaatkan media sosial secara positif dan efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., & Munthe, S. A. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Ahyar, H., Andriani, H., Sukmana, D. J., Mada, U. G., Hardani, S.Pd., M. S., Nur Hikmatul Auliya, G. C. B., Helmina Andriani, M. S., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif* (Issue March).
- Al Aziz, A. A. (2020). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 2(2), 92–107. <https://doi.org/10.21831/ap.v2i2.35100>
- APJII. (2022). *Profil Internet Indonesia 2022*.
- Beck, A. T. (1967). *Depression : Causes and Treatment* . Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Desi, D., Felita, A., & Kinasih, A. (2020). Gejala Depresi Pada Remaja Di Sekolah Menengah Atas. *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 8(1), 30. <https://doi.org/10.33366/jc.v8i1.1144>
- Dianovinina, K. (2018). Depresi pada Remaja: Gejala dan Permasalahannya. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 69–78. <https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.634>
- Diorarta, R., & Mustikasari. (2020). Tugas Perkembangan Remaja Dengan Dukungan Keluarga : Studi Kasus. *Caralus Journal of Nursing*, 2(2), 111–120.
- Evans, K., & Nizette, D. (2017). *Psychiatric and Mental Health Nursing Fourth Edition*.
- Gani, A. G. (2020). Pengaruh Media Sosial Terhadap Perkembangan Anak Remaja. *Jurnal Mitra Manajemen*, 7(2), 32–42. <http://journal.universitassuryadarma.ac.id/index.php/jmm/article/viewFile/533/499>
- Hadi, I., Wijayanti, F., Devianti, R., & Rosyanti, L. (2017). Gangguan Depresi Mayor (Mayor Depressive Disorder) Mini Review. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 9(1), 25–40. <https://doi.org/10.36990/hijp.v9i1.102>
- Handayani, T. N. (2020). Pengaruh Pengelolaan Depresi Dengan Latihan Pernafasan Yoga (Pranayama) Terhadap Perkembangan Proses Penyembuhan.
- Handikarsa, R. H., Jusuf, I., & Johan, A. (2018). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Gejala Depresi Mahasiswa Kedokteran (Studi Pada Mahasiswa Kedokteran Tingkat Akhir Yang Menggunakan Kurikulum Modul Terintegrasi). *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 7(2), 919–934.

- Hasibuan, F. R. S. (2020). Hubungan Tingkat Pemakaian Sosial Media dengan Simtom Depresi pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan.
- Hurlock, E. (2001). Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edited by Istiwidayanti. Jakarta: Erlangga.
- Indriani, F., Nuzlan, D., Shofia, H., & Ralya, J. (2022). Review Article : Pengaruh Kecanduan Bermain Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Remaja. *20(1)*, 1367–1376.
- Istinajia, S. (2019). Hubungan antara Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Gejala Depresi pada Kelompok Remaja di SMAN 9 Kota Bandung Tahun 2019. *Skripsi*, 1–56.
- Jannah, M. (2017). Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, *1(1)*, 243–256. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v1i1.1493>
- Kaplan, A. M. (2010). Users of the word, unite The challenges and opportunities of Social Media. *Business Horizons*, 59-68.
- Liedfray, T., Waani, F. J., & Lasut, J. J. (2022). Peran Media Sosial Dalam Mempererat Interaksi Antar Keluarga Di Desa Esandom Kecamatan Tombatu Timur Kabupaten Tombatu Timur Kabupaten Minasa Tenggara. *Jurnal Ilmiah Society*, *2(1)*, 2.
- Maria, F. (2019). Pengaruh subjective well-being terhadap intensitas penggunaan media sosial instagram pada remaja di DKI Jakarta. *Fakultas Pendidikan Psikologi Program Studi SI Psikologi Universitas Negeri Jakarta*, 1–201. <http://repository.unj.ac.id/id/eprint/3068>
- Muin, R. F. (2019). Perubahan Perilaku Remaja Akibat Penggunaan Media Sosial Online di Desa Karangmangu, Kecamatan Sarang, Kabupaten Rembang. *Skripsi*, *1*, 92.
- Nasution, A. (2020). Bahan Ajar Fsa Angkatan Ke-21 Tahun 2020 Pengujian Hipotesis. *Pusdiklat.Bps.Go.Id*, 4.
- Nursalam. (2017). Sumber : Nursalam. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendidikan Praktis . *2017*. 42–56.
- Prajaniti, G. A. S., Swedarma, K. E., & Manangkot, M. V. (2022). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Gejala Depresi Pada Remaja Di Sman 3 Denpasar. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, *10(1)*, 52. <https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i01.p08>
- Pratama, D. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja. *Edukasimu.Org*, *1(3)*, 1–9.
- Primack. (2017). Use of multiple social media platforms and symptoms of depression and anxiety: A nationally-representative study among U.S. young adults,. 1-9.

- Puukko, K., Hietajärvi, L., Maksniemi, E., Alho, K., & Salmela-Aro, K. (2020). Social media use and depressive symptoms—a longitudinal study from early to late adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(16), 1–18. <https://doi.org/10.3390/ijerph17165921>
- Sa'diyah, M., Naskiyah, N.,. (2022). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Dalam Pendidikan Agama Islam. *Edukasi Islami ...*, 041, 713–730. <https://doi.org/10.30868/ei.v11i03.2802>
- Sabekti, R. (2019). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial (Jejaring Sosial) Dengan Kecenderungan Narsisme Dan Aktualisasi Diri Remaja Akhir. In *Skripsi*.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. 6th edn. Jakarta: Erlangga.
- Saputri, I. A., & Nurrahima, A. (2020). Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Depresi Anak Usia Sekolah: Kajian Literatur. *Holistic Nursing and Health Science*, 3(2), 50–58. <https://doi.org/10.14710/hnhs.3.2.2020.50-58>
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sitepu, J. N., Siringoringo, P. I. S., & Girsang, R. (2022). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial dengan Gejala Depresi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen. *Nommensen Journal of Medicine*, 7(2), 31–35. <https://doi.org/10.36655/njm.v7i2.613>
- Sugiyanto, I. (2017). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Dampak Penggunaan Media Sosial Oleh Remaja Di Sman Kota Pasuruan. *Ir-Perpustakaan Universitas Airlangga21017*, 10–28. <https://repository.unair.ac.id/77624/>
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*.
- Townsend, M. C., & Morgan, K. I. (2018). Cognitive-Behavioural Therapy (CBT) and Psychoeducation. *Psychiatric Mental Health Nursing: Concepts of Care in Evidence-Based Practice.*, 634.
- Utomo, S. F. P., Nugraha, N. J., & Rahayu, A. A. (2021). Hubungan social media addiction dengan tingkat depresi pada siswa smk. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 14(1), 79–89.
- Wu, S. (2019). The relationship between social media use and depression in college students: *A scoping review*. 1–40.