

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mudahnya akses media sosial meningkatkan durasi penggunaannya sehingga mengakibatkan adiksi (kecanduan). Mengacu pada beberapa temuan menunjukkan bahwa adiksi pada media sosial menurunkan kemampuan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas akhirnya terganggu dengan kenyamanan berselancar di dunia maya melalui media sosial. Mahasiswa sebagai pelajar di tingkat Perguruan Tinggi memiliki tolak ukur keberhasilan melalui IPK (Indeks Prestasi Kumulatif) (Anshori et al., 2019) yang diperoleh dengan membuat penelitian tugas akhir yang membutuhkan ketekunan mahasiswa agar terselesaikan sesuai dengan waktunya (Wijaya, 2024). Kaitannya dengan *Self-Efficacy*, mahasiswa dengan keyakinan terhadap kemampuannya yang tinggi lebih memfokuskan pada tugas-tugas yang menantang dan sulit dalam hal ini tugas akhir penelitian, karena ia akan lebih berusaha untuk menguasai tugas tersebut dibandingkan mahasiswa yang *Self Efficacy*-nya rendah (Mayalianti & Fatimahtuzzahro, 2024). Mengacu pada studi pendahuluan yang peneliti peroleh bahwa angka kelulusan mahasiswa S1 Keperawatan masih termasuk dalam kategori tinggi.

Pengguna media sosial di Dunia sebanyak 4,62 miliar orang atau setara dengan 58,4% di dunia pada bulan Januari tahun 2022 (Jamaludin et al., 2022). Data terbaru berdasarkan survey “*We Are Social*”, menunjukkan bahwa 49,9% (139 juta) dari total populasi Indonesia aktif menggunakan media sosial per

Januari 2024. Kelompok usia yang paling banyak mengakses media sosial yaitu masyarakat usia 25-34 tahun dengan rata-rata menghabiskan waktu hingga 7 jam 38 menit per hari. Sebanyak 90,9% pengguna internet Indonesia berusia 16-64 tahun mengaku bahwa *WhatsApp* adalah aplikasi media sosial yang paling banyak digunakan, dengan rata-rata menghabiskan waktu hingga 26 jam 13 menit untuk berkomunikasi melalui *WhatsApp* dalam satu bulan (Lintang, 2024). Sementara Badan Pusat Statistik (BPS) juga mencatat bahwa pada tahun 2024, penetrasi internet di Jawa Timur mencapai 81,79% (Rahayu, 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada 5 mahasiswa S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo khususnya mahasiswa tingkat akhir, seluruh mahasiswa memiliki *smartphone* dan aktif dalam penggunaan media sosial seperti X, Instagram, Tiktok, dan *WhatsApp*. Dalam wawancara yang peneliti langsungkan pada 5 mahasiswa S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo, mereka menyatakan bahwa durasi penggunaan media sosial pada mahasiswa tingkat akhir rata-rata 6-7 jam perhari bahkan sebagian besar lebih dari 7 jam perhari, terutama pada mahasiswa yang memiliki aplikasi game setidaknya 2-3 jam perhari digunakan untuk game. Sebanyak 2 dari 5 mahasiswa menyatakan bahwa mereka yakin dalam menyelesaikan skripsi tepat waktu. Sedangkan 3 lainnya mengatakan bahwa mereka tidak yakin dapat lulus tepat waktu karena kemampuan mereka yang terbatas dalam memahami skripsi yang menurutnya sulit untuk dikerjakan. Meski demikian, tingkat kelulusan mahasiswa semester akhir S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

termasuk dalam kategori tinggi dimana dalam 3 tahun terakhir mengalami peningkatan dimana pada tahun 2022 sebanyak 69 mahasiswa S1 Keperawatan dinyatakan lulus, pada tahun 2023 sebanyak 71 mahasiswa S1 Keperawatan dinyatakan lulus, dan pada tahun 2024 sebanyak 73 mahasiswa S1 Keperawatan dinyatakan lulus.

Saat ini *smartphone* merupakan “kebutuhan primer” masyarakat di era digital. Peningkatan penggunaan sosial media sebagai fitur dalam *smartphone* turut menimbulkan dampak negatifnya berupa kecanduan *smartphone* dimana pengguna merasa sulit untuk jauh dari *smartphone* (Alfaini & Daulay, 2022). *Social Media Addiction* berawal ketika seseorang menggunakan media sosial secara berlebihan, dimana menurut DSM-V mencapai 30 jam dalam seminggu atau 4 hingga 5 jam perhari (Firdaus & Dewi, 2021). Penggunaan media sosial dengan jangka waktu lama dapat menyebabkan individu mengalami adiksi internet dimana lebih lanjut mengalami masalah psikis seperti merasa hidupnya tidak lengkap jika tidak membuka akun media sosial selama sehari (Rusmiati et al., 2022). Padahal menurut (Haque et al., 2021) adiksi media sosial bisa melumpuhkan kepribadian seseorang. Seseorang yang sebelumnya mampu berinteraksi dengan baik dalam dunia nyata biasanya akan memilih berinteraksi melalui dunia maya (*online*) dikarenakan kenyamanan yang didapatkannya. Hal ini mengakibatkan kemampuan seseorang untuk menjalani sosial kehidupan dan menghadapi permasalahan yang terjadi di dunia nyata menjadi tumpul (Haque et al., 2021).

Menurut (Jamaludin et al., 2022), indikator seseorang yang kecanduan media sosial bukan hanya dipantau dari segi durasi pemakaian saja, namun perlu dilihat dari 6 aspek yaitu *salience*, *withdrawl symptom*, *tolerance*, *mood modification*, *relapse*, dan *conflict* (Jamaludin et al., 2022). Hal ini sejalan dengan beberapa temuan bahwa remaja yang adiksi terhadap media sosial lebih banyak menghabiskan waktunya untuk berkutat dengan *smartphone* yang terhubung dengan media sosial. Bagi remaja, media sosial bisa memiliki banyak dampak secara positif, namun dapat berdampak secara negatif ketika penggunaannya melebihi batas wajarnya (Yunfahnur, Dineva R, et al., 2022). Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhani & Habibi, 2025) disebutkan bahwa seseorang yang mampu memanfaatkan teknologi digital untuk meningkatkan pembelajaran dan pendidikannya, efikasi diri yang tinggi diyakini meningkatkan kepercayaan diri individu tersebut dengan berinteraksi bersama guru dan teman sebaya agar dapat mengakses sumber daya pendidikan digital dengan lebih mudah. Dampak negatif penggunaan sosial media berlebihan hingga adiksi dalam lingkup pelajar (mahasiswa) yang sedang menyusun tugas akhir yaitu tidak lulus tepat waktu. Hal ini berkaitan dengan *Self-Efficacy* bagi penggunanya yang mengalami penurunan yang sejalan dengan temuan penelitian (Syiaifuddin et al., 2023) bahwa semakin tinggi adiksi sosial media seseorang sejalan dengan menurunnya tingkat kepercayaan diri orang tersebut.

Self-Efficacy adalah keyakinan yaitu seseorang dapat melakukan pekerjaan tertentu (Rostanti et al., 2022). Adanya efikasi diri dapat mempengaruhi peran yang dilakukan individu secara sosial, dan dalam

menghadapi persoalan tertentu (Firdaus & Dewi, 2021). Efikasi diri berkaitan dengan keyakinan bahwa kita mempunyai kemampuan mengambil tindakan yang diharapkan (Fauziana, 2022). *Self-Efficacy* pada mahasiswa menunjukkan sejauh mana mahasiswa mampu untuk menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapinya yang berkaitan dengan perkuliahan dan performansi akademik (Sartika & Sugiharsono, 2020). Dalam hal ini, mahasiswa tingkat akhir mulai untuk menentukan terkait tugas akhir yang akan diangkatnya menjadi penelitian serta tugas-tugas mata kuliah yang masih menjadi tanggungjawabnya untuk diselesaikan.

Media sosial mengandung banyak sekali berita palsu, sehingga sudah sepatutnya untuk skeptis terlebih dahulu sebelum menyebarkan. Q.S. Al-Hujurat ayat 6 meminta umat Islam untuk selalu memastikan isi informasi dari berita yang mereka dapatkan agar tidak menyesal. Isinya adalah sebagai berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِنْ جَاءَكُمْ فَاسِقٌ بِنَبَأٍ فَتَبَيَّنُوا أَنْ تُصِيبُوا قَوْمًا بِجَهَالَةٍ فَتُصْحَبُوا عَلَىٰ مَا فَعَلْتُمْ نَادِمِينَ

Artinya: Wahai orang-orang yang beriman! Jika seseorang yang fasik datang kepadamu membawa suatu berita, maka telitilah kebenarannya, agar kamu tidak mencelakakan suatu kaum karena kebodohan (kecerobohan), yang akhirnya kamu menyesali perbuatanmu itu.

Untuk mengatasi permasalahan kecanduan media sosial yang berpotensi menurunkan *Self-Efficacy*, diperlukan pendekatan strategis yang terstruktur. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah memberikan edukasi kepada mahasiswa mengenai penggunaan media sosial yang bijaksana. Selain itu, penting juga untuk mengembangkan program manajemen waktu yang

efektif, sehingga mahasiswa dapat menyeimbangkan penggunaan media sosial dengan aktivitas akademik dan kegiatan lainnya. Program ini dapat dilengkapi dengan penerapan teknik pengendalian diri (*self-regulation*) guna meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam mengelola diri dan memprioritaskan tanggung jawab akademik.

Berdasarkan pada fenomena diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait korelasi *Social Media Addiction* dengan *Self-Efficacy* pada mahasiswa. Sebagaimana diketahui bahwa *Social Media Addiction* mampu mempengaruhi kontribusi mahasiswa dan kemampuan mahasiswa dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Sehingga untuk memperkuat fenomena tersebut, peneliti melaksanakan penelitian dengan menghasilkan data-data terbaru yang berfungsi memperluas jawaban atas fenomena tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Mengacu pada pemaparan fenomena dalam latar belakang tersebut di atas, peneliti merumuskan rumusan masalah sebagai berikut: “Bagaimana Hubungan *Social Media Addiction* dengan *Self-Efficacy* pada Mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan *Social Media Addiction* dengan *Self-Efficacy* pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *Social Media Addiction* pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Mengidentifikasi *Self-Efficacy* pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Menganalisis hubungan *Social Media Addiction* dengan *Self-Efficacy* pada mahasiswa S1 Keperawatan Tingkat Akhir Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan wawasan tambahan terkait dampak dari *Social Media Addiction* terhadap remaja terutama terhadap *Self-Efficacy* remaja di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi remaja

Remaja yang telah mengenal *smartphone* diharapkan dapat menjadi lebih bijak dan meningkatkan kontrol diri dalam penggunaan *smartphone* dimana hal ini sebagai media untuk mengakses media sosial.

2. Bagi orang tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan orang tua untuk mengevaluasi pola asuhnya sehingga dapat membimbing dan mengarahkan anak-anaknya terutama yang berusia remaja agar dapat memanfaatkan sosial media dengan bijak.

3. Bagi fakultas keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi tambahan dan memperluas wawasan terkait *Social Media Addiction* dan kaitannya dengan *Self-Efficacy* sehingga dapat ditemukan solusi yang tepat untuk mencegah adanya dampak *negative* bagi tumbuh kembang remaja.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan hasil penelitian terkait dampak dari *Social Media Addiction* terhadap kondisi kejiwaan pada remaja diluar *Self-Efficacy*.

1.5 Keaslian Tulisan

Adapun penelitian ini dilaksanakan dengan mengacu pada beberapa studi pendahuluan sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Anshori et al., dengan judul penelitian “Hubungan *Self-Efficacy* dan Adiksi Media Sosial dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Agama Islam” yang dipublikasikan oleh Vicratina: Jurnal Pendidikan Islam. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan analisis data dilakukan menggunakan metode analisis regresi linier berganda. Responden penelitian yaitu 90 mahasiswa prodi

PAI angkatan 2015 Universitas Islam Malang. Dari hasil penelitian ditemukan bahwa tingkat efikasi diri dan adiksi atau media sosial pada mahasiswa prodi Pendidikan Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Islam Malang angkatan 2015 berada pada kategori sedang, hasilnya sama-sama sebesar 78% berada pada kategori sedang. Sedangkan untuk tingkat prestasi akademik mahasiswa juga pada berada pada kategori sedang, dengan rentang nilai IPK 2,76 – 3,50. Hubungan *Self-Efficacy* dan adiksi media sosial dengan prestasi akademik yaitu bersifat positif menunjukkan adanya suatu hubungan dengan perhitungan hasil $F_{hitung} = 22,479 > F_{tabel} = 3,10$. Hal ini menunjukkan bahwa efikasi diri dan adiksi media sosial dapat memberikan dampak pada prestasi akademik mahasiswa (Anshori et al., 2019).

Persamaan dalam penelitian ini yaitu menggunakan variable *Self-Efficacy* dan adiksi media sosial, metode penelitian korelasional, dan instrument penelitian yang digunakan yaitu kuesioner. Perbedaan dalam penelitian ini yaitu adanya variable prestasi akademik mahasiswa dan analisis data yang digunakan yaitu analisis regresi linier berganda.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Istiqomah & Miatun dengan judul penelitian “Pembelajaran Tatap Muka Terbatas: *Smartphone Addiction* dan *Self-Efficacy* Hubungannya dengan Kecemasan Matematika Siswa SMA” yang dipublikasikan oleh JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia). Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional yang dilakukan untuk melihat korelasi dari adiksi *smartphone* dan efikasi diri dengan analisis data dilakukan menggunakan analisis regresi linier

berganda. Penelitian dilakukan pada sejumlah 254 siswa SMAN 93 Jakarta. Kesimpulan pada penelitian ini diketahui bahwa terdapat korelasi antara adiksi *smartphone* dan *Self-Efficacy* dengan kecemasan matematika. Hal ini dapat dilihat dari hasil koefisien determinasi, uji-F, dan uji-T yang telah dilakukan. Pada kecemasan matematika sebesar 72,03% ditentukan oleh *smartphone addiction* dan *Self-Efficacy*, sedangkan sisanya 27,97% ditentukan oleh variabel lainnya. Hasil kedua, terdapat korelasi nyata antara *smartphone addiction* serta *Self-Efficacy* dengan kecemasan matematika, dan secara parsial *smartphone addiction* dan *Self-Efficacy* berkorelasi dengan kecemasan matematika. Temuan lainnya adanya korelasi kearah positif antara *smartphone addiction* dengan kecemasan matematika, yaitu semakin tinggi *smartphone addiction* pada siswa maka semakin tinggi pula kecemasan matematikanya. Lain halnya dengan efikasi diri, terdapat korelasi kearah negatif antara efikasi diri dengan kecemasan matematika, yaitu jika efikasi diri pada siswa tinggi maka kecemasan matematika pada siswa dapat menurun dan jika efikasi diri pada siswa rendah, maka kecemasan pada siswa meningkat (Istiqomah & Miatun, 2022).

Persamaan dalam penelitian ini yaitu menggunakan variable *Self-Efficacy* dan adiksi media sosial, metode penelitian korelasional, dan instrument penelitian yang digunakan yaitu kuesioner. Perbedaan dalam penelitian ini yaitu adanya variable kecemasan dan analisis data yang digunakan yaitu analisis regresi linier berganda.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Zulfa et al., dengan judul “Analisis Hubungan antara *Internet Addiction* dan *Self-Efficacy* dengan Perilaku Cyberbullying Remaja: Studi Literatur” yang dipublikasikan oleh *Psychiatry Nursing Journal*. Penelitian ini menggunakan desain literatur review, artikel tinjauan literatur dicari dalam empat database elektronik (Scopus, PubMed, Science Direct, Google Cendekia). Keyword yang digunakan untuk mencari artikel (*cyberbullying*, *internet addiction*, *self-efficacy*). Hasil dari pencarian artikel didapatkan 10 studi yang sesuai dengan kriteria inklusi yang akan di review. Dilakukan tabulasi data dan analisis narrative pada artikel atau jurnal yang ditemukan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara *internet addiction* dan *cyberbullying* dimana remaja yang tidak dapat mengendalikan penggunaan internet dan menggunakannya dalam waktu lama serta penggunaan secara impulsif maka dapat terlibat dalam perilaku *cyberbullying* dimana mereka dapat mengungkapkan emosi dan pikiran negatif mereka kepada orang lain. Hasil penelitian juga menjelaskan adanya hubungan antara *Self-Efficacy* dan *cyberbullying*. Perilaku *cyberbullying* dipengaruhi oleh keyakinan diri seorang remaja dalam menyelesaikan masalah *cyberbullying* dengan cara berkomunikasi secara online dengan para pelaku menggunakan bahasa tegas serta dapat melaporkan kejadian *cyberbullying* untuk mengurangi tindakan tersebut (Zulfa et al., 2020).

Persamaan dalam penelitian ini yaitu penggunaan variable *internet addiction*, *self-efficacy*, dan responden remaja. Perbedaan dalam penelitian ini yaitu adanya variable *cyberbullying* dan penggunaan metode penelitian studi literature.

