

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kesehatan mental remaja menjadi isu global yang semakin mendapatkan perhatian, terutama karena masa remaja adalah periode kritis dalam perkembangan psikososial. Pada era digital saat ini, media sosial seperti TikTok menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan remaja. TikTok memungkinkan pengguna untuk membuat dan berbagi video pendek, menarik perhatian para remaja dengan konten-konten kreatif dan interaktif. Penggunaan media sosial yang intens, seperti TikTok, dapat berdampak pada kesehatan mental dan prestasi akademik remaja, terutama siswa sekolah menengah pertama (SMP).<sup>1</sup>

Penyebab utama kesehatan mental pada remaja adalah paparan media sosial secara berlebihan. Remaja yang menghabiskan lebih dari dua jam per hari di platform seperti TikTok memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan kecemasan, stres, dan depresi.<sup>2</sup> Penggunaan TikTok yang berlebihan juga sering kali menyebabkan remaja merasa terisolasi dan mengalami tekanan sosial yang lebih tinggi akibat perbandingan sosial yang tidak sehat.<sup>3</sup>

Penggunaan media sosial di Dunia berdasarkan Laporan *We Are Social dan Hootsuite* mencatat, jumlah pengguna media sosial di dunia mencapai 4,95 M. orang pada Oktober 2023. Ini berarti sebanyak 61,4% dari populasi dunia telah

menggunakan media sosial.<sup>4</sup> Data di Indonesia mengungkapkan pengguna internet di Indonesia saat ini mencapai 63 juta orang. Dari angka tersebut, 95% remaja menggunakan internet untuk mengakses jejaring sosial.<sup>4</sup>

Media sosial yang digunakan dapat menyebabkan gangguan psikologis dan fisik di mana penggunaanya menghabiskan banyak waktu untuk mengakses media sosial yang disebabkan oleh rasa ingin tahu yang tinggi, kurangnya kontrol diri, serta kurangnya kegiatan produktif di kehidupannya.<sup>5</sup> Intensitas dan durasi remaja yang terdapat dalam laporan *The Annie Casey Foundation (2023)* ditemukan pada remaja lebih dari 3 jam per hari menggunakan menghadapi risiko dua kali lipat mengalami gangguan kesehatan mental dan fisik yang buruk. Survei terbaru menemukan bahwa siswa kelas delapan dan 10 menghabiskan rata-rata 3,5 jam per hari di platform ini.<sup>4</sup>

Intensitas penggunaan TikTok dapat dilihat dari beberapa aspek mulai dari seringnya pengguna menggunakan aplikasi TikTok (frekuensi) dan lamanya pengguna menggunakan aplikasi TikTok (durasi) serta perhatian dan penghayatan. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Muliatul Lafifah (2023) dalam skripsinya yang berjudul Pengaruh Intensitas Penggunaan Tiktok Terhadap Prokrastinasi Akademik Remaja Kelas VII Di SMPN 1 Babadan Ponorogo menyebutkan bahwa adanya pengaruh dari intensitas penggunaan TikTok dan prokrastinasi akademik dengan intensitas penggunaan TikTok di kategorikan tinggi, sedang, dan rendah dalam aspek frekuensi, durasi, perhatian dan penghayatan.<sup>6</sup>

Menurut Saifuddin Azwar, tujuan kategorisasi adalah untuk menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Kontinum jenjang yang digunakan dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga kategori interval yaitu, tinggi, sedang dan rendah.<sup>6</sup>

Seiring dengan berkembangnya TikTok, penggunaannya di kalangan remaja semakin meluas. TikTok saat ini menjadi salah satu platform media sosial yang paling populer di dunia, dengan lebih dari 1,5 miliar pengguna aktif bulanan pada tahun 2023, yang sebagian besar adalah remaja.<sup>7</sup> Popularitas TikTok yang terus meningkat turut memperkuat pengaruhnya terhadap kesehatan mental dan prestasi akademik remaja, termasuk di Indonesia

Penggunaan TikTok dapat membawa dampak positif bagi kesehatan mental remaja, jika digunakan dengan bijak. Konten-konten positif yang mempromosikan kesehatan mental, kreativitas, dan aktivitas sosial dapat membantu remaja merasa lebih terhubung dan termotivasi.<sup>8</sup> Studi menunjukkan bahwa konten motivasional dan edukatif di TikTok dapat mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan kepercayaan diri remaja.<sup>9</sup>

Selain itu, dampak negatif dari penggunaan TikTok terhadap kesehatan mental sering kali lebih dominan. Penggunaan yang berlebihan dapat menyebabkan kecanduan digital, mengurangi waktu tidur, dan meningkatkan risiko depresi dan kecemasan.<sup>10</sup> Paparan konten negatif atau tidak pantas dapat memperburuk kondisi emosional dan kesehatan psikologis remaja.

Dilihat dari sisi psikologis, penggunaan aplikasi TikTok memiliki pengaruh terhadap salah satu tugas perkembangan remaja yakni tugas perkembangan kemampuan intelektual, terlebih jika digunakan secara tidak terkontrol dan dalam durasi waktu yang lama. Banyaknya penggunaan aplikasi TikTok di kalangan remaja berusia di bawah 19 tahun berakibat pada pendirian maupun pemikirannya. Seperti penurunan kapasitas memori kerja di otak sehingga kesulitan mengingat materi pelajaran di sekolah.<sup>11</sup> Siswa yang menghabiskan lebih banyak waktu di TikTok cenderung memiliki nilai akademik yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki penggunaan media sosial yang lebih terkendali.<sup>12</sup>

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa intensitas penggunaan TikTok memiliki korelasi negatif dengan kesehatan mental dan prestasi akademik siswa SMP. Di Indonesia, penelitian yang dilakukan di Yogyakarta menemukan bahwa penggunaan TikTok yang berlebihan menyebabkan peningkatan kecemasan dan penurunan nilai akademik pada siswa SMP.<sup>13</sup> Di dunia internasional, penelitian serupa mengonfirmasi trend ini, di mana remaja yang menggunakan TikTok secara berlebihan memiliki risiko lebih tinggi terhadap gangguan mental dan penurunan prestasi akademik.<sup>14</sup>

Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Nera Bela dan Arif Wibowo tahun 2023 jurnal yang berjudul Analisis penggunaan media sosial TikTok terhadap kesehatan mental remaja di SMAN 2 Sukoharjo menunjukan bahwa adanya kolerasi dari penggunaan media sosial TikTok terhadap kesehatan mental remaja di SMAN 2 Sukoharjo. Semakin sering siswa menggunakan

media sosial TikTok semakin berpengaruh pada kesehatan mental siswa.<sup>15</sup> Sejalan dengan penelitian Mardiana, Nova dan Mariana yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan media sosial TikTok dengan kecemasan dan stress pada remaja yang berasal dari lingkungan dan dirinya sendiri.<sup>16</sup>

Faktor-faktor yang memengaruhi hubungan antara penggunaan TikTok dengan kesehatan mental dan prestasi akademik siswa SMP meliputi jenis kelamin, umur, pendidikan Orang tua, status ekonomi, sosial budaya, dan lingkungan tempat tinggal.<sup>17</sup> Remaja yang mampu mengatur waktu dengan baik dan memilih konten positif cenderung lebih sedikit mengalami dampak negatif terhadap kesehatan mental dan prestasi akademiknya.<sup>18</sup>

Penelitian yang mendukung mengenai penggunaan media sosial TikTok pada remaja dapat berdampak pada kesehatan mental mereka. Studi ini menunjukkan bahwa remaja yang sering menggunakan TikTok memiliki risiko lebih tinggi mengalami masalah kesehatan mental seperti stres dan kecemasan.<sup>19</sup> Meskipun tidak secara spesifik meneliti pendidikan orang tua dan status ekonomi, penelitian lain menunjukkan bahwa kesehatan mental memiliki hubungan positif dengan prestasi akademik pada siswa SMP. Hal ini mengindikasikan bahwa faktor-faktor seperti dukungan keluarga dan lingkungan sosial-ekonomi dapat memengaruhi kesehatan mental dan prestasi akademik siswa.<sup>20</sup>

Penelitian lain menemukan bahwa tingginya intensitas penggunaan media sosial TikTok berdampak pada konsentrasi belajar siswa. Dampak negatif yang

ditimbulkan termasuk kurangnya sosialisasi dengan lingkungan sekitar dan menurunnya konsentrasi dalam proses belajar, yang dapat dipengaruhi oleh faktor sosial budaya dan lingkungan tempat tinggal.<sup>21</sup> Studi lain menunjukkan bahwa semakin lama durasi penggunaan media sosial, termasuk TikTok, akan berpengaruh terhadap kesehatan mental remaja. Remaja yang mampu mengatur waktu dengan baik dan memilih konten positif cenderung lebih sedikit mengalami dampak negatif terhadap kesehatan mental dan prestasi akademiknya.<sup>22</sup>

Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), prevalensi gangguan kesehatan mental remaja juga menunjukkan angka yang mengkhawatirkan, dengan distribusi yang bervariasi di setiap kabupaten. Berdasarkan Profil Kesehatan DIY 2022, Kabupaten Sleman memiliki angka kasus tertinggi di antara kabupaten lain, prevalensi mencapai 15,6%, diikuti oleh Bantul pada angka 13,8%, dan Gunung Kidul sebesar 11,4%.<sup>23</sup> Kota Yogyakarta dan Kulon Progo mencatat prevalensi yang sedikit lebih rendah, masing-masing sebesar 10,2% dan 9,5%.<sup>23</sup> Di Bantul, masalah kesehatan mental pada remaja di SMP semakin meningkat, terutama karena tingginya paparan media sosial yang sering kali tidak terkontrol, seperti TikTok, yang kerap menjadi faktor pemicu stres dan tekanan emosional di kalangan siswa SMP.<sup>7</sup>

SMPN 2 Sewon Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, merupakan salah satu sekolah menengah pertama yang berada di wilayah Bantul, memiliki populasi siswa cukup besar dengan berbagai latar belakang sosial dan tentu saja dengan akses luas terhadap internet dan media sosial. Dengan populasi siswa

yang aktif menggunakan media sosial khususnya TikTok, sekolah ini menjadi tempat yang relevan untuk mengeksplorasi hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan kesehatan mental remaja. Pemilihan SMPN 2 Sewon sebagai lokasi penelitian juga didasarkan pada keragaman latar belakang sosial ekonomi siswa, yang memungkinkan untuk memperoleh data yang representatif.<sup>24</sup>

Berdasarkan latar belakang diatas dan beberapa pertimbangan, tetapi juga relevansi topik dengan kondisi remaja di Yogyakarta saat ini dalam konteks perkembangan teknologi dan pendidikan di era digital. Oleh karena itu peneliti menyimpulkan untuk mengetahui lebih lanjut Hubungan Intensitas Penggunaan TikTok dengan Kesehatan Mental dan Nilai Siswa SMPN 2 Sewon Bantul. Selain itu, dalam Skripsi digunakan untuk mengetahui lebih lanjut pengaruh intensitas penggunaan TikTok terhadap kesehatan mental dan prestasi akademik siswa. Dengan fokus pada siswa SMPN 2 Sewon Bantul.

## **B. Rumusan Masalah**

Kesehatan mental remaja menjadi isu global yang semakin mendapatkan perhatian, terutama karena masa remaja adalah periode kritis dalam perkembangan psikososial. Media sosial seperti TikTok menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan remaja. Penggunaan media sosial yang intens, seperti TikTok, dapat berdampak pada kesehatan mental dan prestasi akademik remaja, terutama siswa sekolah menengah pertama (SMP), penyebab utama kesehatan mental pada remaja adalah paparan media sosial secara berlebihan. Intensitas penggunaan TikTok dapat di lihat dari beberapa aspek mulai dari frekuensi, durasi, perhatian dan penghayatan. Banyaknya penggunaan aplikasi

TikTok di kalangan remaja berusia di bawah 19 tahun berakibat pada pendirian maupun pemikirannya. Seperti penurunan kapasitas memori kerja di otak sehingga kesulitan mengingat materi pelajaran di sekolah. Pada beberapa penelitian yang telah peneliti kaji dan uraikan dalam latar belakang intensitas penggunaan TikTok dapat berpengaruh dalam kesehatan mental dan nilai akademik. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana hubungan antara intensitas penggunaan TikTok dengan kesehatan mental siswa di SMPN 2 Sewon Bantul?
2. Bagaimana hubungan intensitas penggunaan TikTok terhadap nilai akademik siswa di SMPN 2 Sewon Bantul?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara intensitas penggunaan TikTok dengan kesehatan mental dan nilai akademik siswa di SMPN 2 Sewon Bantul Yogyakarta.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik siswa SMPN 2 Sewon Bantul Yogyakarta berdasarkan jenis kelamin, usia, latar belakang pendidikan orang tua, lingkungan, lama penggunaan medsos, dan frekuensi penggunaan TikTok.
- b. Mengetahui tingkat intensitas penggunaan TikTok di kalangan siswa SMPN 2 Sewon Bantul Yogyakarta
- c. Mengetahui kondisi kesehatan mental siswa SMPN 2 Sewon Bantul Yogyakarta.

- d. Mengetahui distribusi Nilai akademik siswa di SMPN 2 Sewon.
- e. Mengetahui hubungan intensitas penggunaan TikTok dengan kesehatan mental siswa di SMPN 2 Sewon Bantul Yogyakarta.
- f. Mengetahui hubungan intensitas penggunaan TikTok dengan nilai akademik siswa di SMPN 2 Sewon Bantul Yogyakarta.
- g. Mengetahui hubungan karakteristik dengan intensitas penggunaan TikTok di SMPN 2 Sewon Bantul Yogyakarta.
- h. Mengetahui hubungan karakteristik dengan Kesehatan mental remaja di SMPN 2 Sewon Bantul Yogyakarta.
- i. Mengetahui hubungan karakteristik dengan Nilai akademik siswa di SMPN 2 Sewon Bantul Yogyakarta.
- j. Melakukan analisis multivariat untuk mengetahui variabel yang berpengaruh pada Kesehatan Mental.
- k. Melakukan analisis multivariat untuk mengetahui variabel yang berpengaruh pada Nilai Akademik.

#### **D. Ruang Lingkup**

Penelitian ini berada dalam lingkup kesehatan mental dan nilai akademik remaja, dengan fokus khusus pada siswa SMPN 2 Sewon Bantul. Penelitian ini mengkaji hubungan antara intensitas penggunaan TikTok sebagai platform media sosial yang populer di kalangan remaja dengan dua variabel utama, yaitu kesehatan mental dan nilai akademik.

## **E. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

Penelitian ini dapat menambah pemahaman mengenai bagaimana intensitas penggunaan TikTok memengaruhi kesehatan mental dan nilai akademik siswa sekolah menengah pertama. Hasil dari penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya literatur yang berfokus pada dampak teknologi digital terhadap perkembangan psikologis dan akademik remaja di Indonesia.

### **2. Manfaat Praktik**

#### **a. Bagi Kepala SMPN 2 Sewon**

Bagi SMPN 2 Sewon Bantul, penelitian ini dapat menjadi landasan dalam merancang kebijakan terkait penggunaan media sosial di lingkungan sekolah, baik melalui kegiatan edukasi, sosialisasi, maupun pengawasan penggunaan teknologi oleh siswa.

#### **b. Bagi Siswa SMPN 2 Sewon**

Bagi siswa di SMPN 2 Sewon Bantul, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kesadaran mengenai dampak positif dan negatif dari penggunaan TikTok. Hasil penelitian ini dapat membantu remaja mengelola penggunaan TikTok secara lebih bijaksana, sehingga mereka dapat memanfaatkannya dengan tanpa mengorbankan kesehatan mental dan nilai akademik.

#### **c. Bagi peneliti selanjutnya**

Penelitian ini memberikan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan melakukan riset ilmiah secara terstruktur. Peneliti juga dapat

memperluas wawasan dalam memahami fenomena media sosial dan dampaknya terhadap remaja, yang relevan dengan tren digital saat ini.

Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti dalam melakukan penelitian selanjutnya terkait bidang yang sama.

## F. Keaslian Penelitian

Penelitian yang hampir sama dengan penelitian ini diantaranya

Tabel 1. Keaslian Penelitian

| No | Peneliti                            | Judul Penelitian                                                                               | Metode Penelitian                                                                                                                                | Hasil Penelitian                                                                                                                  | Persamaan dan Perbedaan                                                                                                                                                                                                                         |
|----|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. | Liu et al. (2021) <sup>10</sup>     | "Impact of Social Media on Adolescent Mental Health and Academic Performance"                  | Menggunakan metode penelitian Kuantitatif, menggunakan kuesioner dan regresi linier untuk analisis data.                                         | P-value < 0.05; ditemukan korelasi negatif antara durasi penggunaan media sosial dengan kesehatan mental dan nilai akademik.      | Persamaan: Menggunakan media sosial sebagai variabel bebas.<br>Perbedaan: Fokus media sosial umum, tidak spesifik pada TikTok.                                                                                                                  |
| 2. | Zhang & Wang (2022) <sup>18</sup>   | "The Influence of TikTok Use on Psychological Well-being in Middle School Students"            | Menggunakan metode penelitian Kuantitatif, survey cross-sectional; analisis menggunakan uji korelasi Pearson.                                    | Korelasi negatif ( $r = -0.45$ , P-value < 0.01) antara durasi penggunaan TikTok dengan kesehatan mental siswa.                   | Persamaan: Fokus pada TikTok dan kesehatan mental;<br>Perbedaan: Tidak melibatkan prestasi akademik sebagai variabel terikat                                                                                                                    |
| 3. | Susanto & Dewi (2022) <sup>13</sup> | "Pengaruh Penggunaan TikTok terhadap Kesehatan Mental dan Prestasi Akademik di SMP Yogyakarta" | Menggunakan metode penelitian Kuantitatif, dengan analisis data regresi berganda untuk melihat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat | P-value < 0.05; ada pengaruh signifikan antara intensitas penggunaan TikTok terhadap prestasi akademik dan kesehatan mental siswa | Persamaan: Fokus pada TikTok, kesehatan mental, dan prestasi akademik<br>Perbedaan: penelitian yang akan dilaksanakan tidak menggunakan prestasi akademik namun menggunakan nilai akademik Lokasi penelitian berbeda, lebih luas di Yogyakarta. |
| 4. | Yang & Evans (2023) <sup>12</sup>   | "Penggunaan TikTok dan Kesehatan Mental di Kalangan Pelajar"                                   | Menggunakan metode penelitian Kuantitatif, survei dengan analisis regresi                                                                        | Penggunaan TikTok memiliki pengaruh signifikan pada peningkatan stres pada pelajar ( $p < 0,05$ )                                 | Persamaan: Fokus pada TikTok dan dampaknya pada kesehatan mental pelajar.<br>Perbedaan: Populasi pelajar yang lebih luas, tidak spesifik pada SMP atau lokasi Bantul                                                                            |

| No | Peneliti                                | Judul Penelitian                                                                                                    | Metode Penelitian                                                                                            | Hasil Penelitian                                                                                                            | Persamaan dan Perbedaan                                                                                                                                                                                                                       |
|----|-----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5. | Jones et al. (2022) <sup>2</sup>        | "TikTok dan Dampaknya terhadap Prestasi Akademik Siswa"                                                             | Menggunakan metode penelitian Kuantitatif, survey dengan menggunakan analisis korelasi.                      | TikTok memiliki korelasi negatif dengan nilai akademik siswa ( $r = -0,31, p < 0,05$ )                                      | Persamaan: Fokus pada TikTok dan dampaknya terhadap akademik<br>Perbedaan: Fokus hanya pada prestasi akademik, tidak membahas kesehatan mental.                                                                                               |
| 6. | Inggit Laras Tika (2024). <sup>25</sup> | "Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Kesehatan Mental Remaja Di Uptd Smpn 4 Pesawaran"                          | Metode Penelitian Analitik Korelasi, dengan pendekatan <i>Cross-sectional</i> dengan penelitian kuantitatif. | Hasil analisis data diperoleh hasil nilai $p = 0,000$ . Terdapat hubungan antara penggunaan TikTok dengan Kesehatan mental. | Persamaan: berfokus pada kesehatan mental menggunakan pendekatan <i>cross-sectional</i> dan penelitian kuantitatif.<br>Perbedaan: Menggunakan analitik korelasi, dan tidak meneliti mengenai nilai akademik, media sosial umum tidak spesifik |
| 7. | Muliatul Lafifah (2023). <sup>6</sup>   | "Pengaruh Intensitas Penggunaan Tiktok Terhadap Prokrastinasi Akademik Remaja Kelas VII Di SMPN 1 Babadan Ponorogo" | Menggunakan rancangan penelitian <i>cross-sectional</i> . Dengan pendekatan kuantitatif.                     | analisis regresi linier sederhana diperoleh nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dengan $t$ hitung $3,801 > t$ tabel $1,661$   | Persamaan: Menggunakan variabel independen Intensitas penggunaan Tiktok dan rancangan penelitian <i>Cross-sectional</i> dengan pendekatan kuantitatif.<br>Perbedaan: Menggunakan variabel prokratinasi akademik.                              |