

Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Insomnia Pada Remaja Dimasa Pandemi Covid 19 di RW 12 Perumahan Taman Griya Kencana Kota Bogor Tahun 2021

Lukman Hakim¹, Resty Jayanti², Asri Masitha Arsyati³
Universitas Ibn Khaldun

Article Info

Article history:

Received August 12, 2022
Revised September 20, 2022
Accepted October 11, 2022

Kata Kunci:

Covid
Insomnia
Media Sosial

ABSTRAK

HootSuite merupakan situs layanan manajemen konten yang menyediakan layanan media daring yang berhubungan dengan berbagai situs jejaring sosial seperti youtube, facebook, Instagram, twitter, line, whatsapp, dan lain-lain. Tujuan Penelitian ini yaitu mengetahui Untuk mengetahui Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Insomnia Pada Remaja Di Masa Pandemi Covid 19 Di RW 12 Perumahan Taman Griya Kencana tahun 2021. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain Cross Sectional, pengumpulan data menggunakan data primer, banyaknya sampel berjumlah 106 responden, teknik pengambilan sampel total sampling. Instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner dengan menyebarkan secara offline secara langsung. Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariate dan bivariate (chi-square). Hasil penelitian ini didapatkan ada hubungan yang bermakna yaitu variabel media sosial p-value = 0.005 dan OR= 3,604 (95%=1,215-2,375).

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:

Lukman Hakim
Universitas Ibn Khaldun
Email: lukmanhakim160411@gmail.com

PENDAHULUAN

Pada tahun 2020 data tren internet dan media sosial di dunia menurut hootsuite penggunaan mobile unik 5,190 miliar, pengguna internet 4,540 miliar pengguna media sosial aktif 3,800 miliar, data tren internet dan media sosial tahun 2020 di Indonesia total populasi (jumlah penduduk) 272,1 juta, pengguna mobile unik 338,2 juta, pengguna internet 175,4 juta, pengguna media sosial aktif 16 juta. Media sosial yang paling aktif yaitu pengguna youtube di Indonesia sebanyak 88% dari jumlah populasi, pengguna whatsapp di Indonesia sebanyak 84%, pengguna facebook di Indonesia sebanyak 82%, pengguna Instagram di Indonesia sebanyak 79%. (Hootsuite, 2020).

Menurut Menteri Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia, pihaknya melakukan monitoring kualitas layanan agar bisa mendukung aktivitas warga terdampak pandemi covid-19 kami memonitor hingga sekarang ada peningkatan pengguna suara dan data internet sekitar 5% sampai 10%. Traffic masih lebih rendah dibandingkan saat bulan Ramadan tahun 2019, sedangkan pada puncaknya saat Idulfitri karena Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) akan naik sekitar 40% (Kominfo, 2020).

Pengguna internet di Indonesia terus bertumbuh. Masa pandemi covid 19 di awal Maret lalu tak membuat warga Negara Republik Indonesia turun mengakses internet. Justru banyak kegiatan dilakukan secara daring seperti bekerja dari rumah dan belajar jarak jauh. Survei Penggunaan Internet di Indonesia periode 2019-2020. Hasil survei itu menyebutkan, penggunaan internet di Republik Indonesia ini naik 8,9% menjadi 73,7% dari populasi. Jumlahnya setara 196,7 juta pengguna, ada kenaikan 25,5 juta (APJII, 2020).

Berdasarkan catatan Kementerian Komunikasi dan informatika dalam sepuluh tahun terakhir jumlah pengguna internet telah bertambah sebanyak 43 juta orang baik yang mengakses melalui komputer maupun ponsel (Diskominfo Kota Bogor, 2020).

Di Indonesia, prevalensi gangguan tidur pada remaja mencapai 62,5%. Menurut Sleep Disturbance Scale For Children (SDSC) menderita gangguan tidur yang paling sering adalah gangguan transisi tidur-bangun (25%), gangguan tidur pada usia remaja didapatkan 62,9%, dengan gangguan transisi tidur-bangun sebagai jenis gangguan yang paling sering ditemui, penduduk Indonesia yang berjumlah sebesar 256,2 juta (Christine Natalita, 2011).

Pada bulan Desember 2020, terdapat penemuan virus baru di Wuhan, Tiongkok yang membuat khawatir banyak orang. Virus tersebut adalah SARS-CoV-2. Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2) dapat menyebabkan coronavirus disease 2019 (COVID-19). Pada tanggal 30 Oktober 2020, terhitung 44.888.869 kasus terkonfirmasi dan 1.178.475 angka kejadian kematian akibat COVID-19 diseluruh dunia, 9.138, serta di Indonesia 404.048 kasus terkonfirmasi dengan 3565 kasus terbaru dalam 24 jam terakhir dan 13.701 angka kejadian kematian kumulatif di Indonesia (WHO, 2020).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan Cross Sectional yaitu seluruh variabel yang diteliti media sosial dan insomnia. Populasi penelitian ini adalah remaja tingkat SMP sampai SMA di wilayah RW 12 Perumahan Taman Griya Kencana keseluruhan remaja berjumlah 106 remaja diantaranya laki-laki dan perempuan.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan Teknik total sampling atau sampel jenuh yaitu Teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiyono 2013).

Data yang digunakan adalah data primer yang diperoleh langsung dari responden dengan mengisi lembar kuesioner. Lokasi penelitian ini dilakukan di Perumahan Taman Griya Kencana Di Lingkungan RW 12 Kota Bogor.

HASIL PENELITIAN

A. Analisis Univariat

Berdasarkan tabel diketahui bahwa umur responden, dari 106 responden rata-rata umur 16-18 tahun sebesar 52,8%. Diketahui bahwa responden berjenis kelamin laki-laki sebesar 64,2%. Diketahui bahwa responden berpendidikan SMA sebesar 54,7%. Diketahui bahwa responden yang bersekolah swasta sebesar 67,9%. Diketahui bahwa responden yang berstatus tinggal dengan orang tua sebesar 94,3%.

Penggunaan Media Sosial pada Remaja.

Berdasarkan hasil tabel di atas sebanyak 106 responden yang tidak menggunakan media sosial sebanyak 41 responden sebesar (38,7%) dan sebanyak 65 responden sekitar (61,3%) menggunakan media sosial.

Insomnia Pada Remaja

Berdasarkan hasil tabel sebanyak 106 responden yang tidak insomnia sebanyak 58 responden sebesar (54,7%) dan sebanyak 48 responden mencapai (45,3%) Insomnia.

B. Analisis Bivariat.

Dari tabel dapat diketahui bahwa dari hasil uji statistik diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,005 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara hubungan penggunaan media sosial dengan insomnia pada remaja dimasa pandemi covid 19 di RW 12 Perumahan Taman Griya Kencana Kota Bogor. Dari hasil analisis diperoleh nilai $OR = 3,604$ (95% $CI = 1,215 - 2,375$).

PEMBAHASAN

Hubungan Menggunakan Media Sosial dengan Insomnia Pada Remaja.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa responden yang tidak menggunakan media sosial dan mengalami insomnia sebesar (26,8%), sedangkan yang menggunakan media sosial dan mengalami insomnia sebesar

(56,9%). Setelah dilakukan uji statistic (Chi Square), menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara media sosial dengan insomnia (p -value=0,005) di RW 12 Perumahan Taman Griya Kencana. Dari hasil penelitian ini pula didapatkan nilai OR= 3.604 (95% CI : 1, 215-2,375) yang berarti remaja yang menggunakan media sosial berpotensi 3.604 kali lebih besar dibandingkan dengan remaja yang tidak menggunakan media sosial.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Ulfiana (2018) tentang Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Pada Jurusan Keperawatan Tahun 2018. Didapatkan p -value=0,014 < 0,05 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan insomnia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis menggunakan Chi-Square Test, terdapat ada hubungan penggunaan media sosial dengan insomnia pada remaja dimasa pandemi covid 19 di RW 12 Perumahan Taman Griya Kencana Kota Bogor (p -value=0,005).

Saran

Diharapkan para remaja saat menggunakan media sosial lebih pentingkan belajar online dari pada bermain game hingga berjam-jam di saat pandemi covid 19. Perlu adanya edukasi kepada anak remaja agar membatasi waktu untuk menggunakan media sosial agar tidak sampai larut malam.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsyati, A. M., Pribadi, M. F., Binangkit, D. C. A., Sari, E. F. I. P., & Yusri, J. N. S. P. A. (2022, May). EDUKASI DAN MONITORING KESEHATAN IBU ANAK DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI WILAYAH SUKARESMI KOTA BOGOR. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pontianak* (Vol. 1, No. 1).
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). (2019). Laporan Survei Penetrasi & Profil Perilaku Pengguna Internet Indonesia. Dinas komunikasi dan Informatika (Diskominfo) Kota Bogor (2020). Rekawan TIK Kampanyekan Pengguna Internet. <https://kominfo.kotabogor.go.id/index.php/post/single/22>
- Hootsuite we are social (2020). *Indonesia Digital Report 2020*.
- Irawan, R., Aminda, R. S., & Arsyati, A. M. (2021). PSYCHIATRIC INPATIENT INSTALLATION BUSINESS STRATEGY AT THE PSYCHIATRIC HOSPITAL DR. H. MARZOEKI MAHDI. *Manajemen Bisnis*, 11(1), 73-88.
- Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Alauddin Makassar.
- Kementerian Komunikasi dan Informasi (Kominfo). (2020). Terjadi pergeseran Penggunaan Internet Selama Masa Pandemi. Jakarta. <https://www.google.com/https://www.kominfo.go.id/co>
- Koswara, S. A., Arsyati, A. M., & Anggraini, S. (2022). HUBUNGAN ANTARA PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM DENGAN PERILAKU CUCI TANGAN PAKAI SABUN (CTPS) PADA REMAJA DI DESA RANCABUNGUR KABUPATEN BOGOR TAHUN 2020. *PROMOTOR*, 5(3), 290-295.
- Nasution, A., Jayanti, R., Nasution, A., Nugroho, D., Heru, H., & Hutasoit, E. (2021). Contraceptive Use Among Women Of Reproductive Age And The Number Of Ideal Children In West Java. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 20-31. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v0i0.263>
- Nasution, A., Maulana, A., & Kurniawan, D. (2019). BERSAMA MEMAJUKAN DESA. *Abdi Dosen: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 3(2), 99-104.
- Natalita Christine dkk (2011). Skala Gangguan Tidur untuk Anak (SDSC) Sebagai Instrumen Skrining Gangguan Tidur pada Anak Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama. Vol. 12, No. 6.
- Pertiwi, F. D., & Nasution, A. S. (2022). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN PNEUMONIA PADA BALITA DI PUSKESMAS SEMPLAK KOTA BOGOR 2020. *PROMOTOR*, 5(3), 273-280.
- R Jayanti, AS Nasution. (2020). Analysis of Adolescent Sexual Behavior in Bogor Taruna Terpadu Borcess Middle School. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 11 (01), 43-51
- R Jayanti, GP Yanuaringsih, N Olivia, K Jundapri, S Ariandini, R Munir. (2021). Determinants of Stunting in Indonesian Toddlers. *Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology* 15 (3).
- Ulfiana Nurhalijah. (2018). Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan. Skripsi. Fakultas
- WHO. (2020). Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard. Covid19 who. int. <https://covid19.who.int/>
- WHO. (2020). Diagnostic testing for SARS-CoV-2. Who.int. Retrieved 30 October 2020.
- World Health Organization (WHO) (2020). Covid 19). <https://Covid19.who.int>