

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN
KESEHATAN MENTAL REMAJA PUTRI
DI SMPN 31 PADANG**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Pendidikan Strata I Kebidanan



Gina Muhana
23152011060

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN FAKULTAS ILMU
KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Gina Muhana

NIM : 23152011060

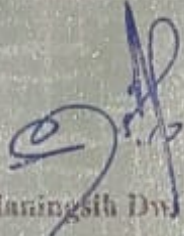
Program Studi : Sarjana Kebidanan

Judul : Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan
Mental Remaja Putri di SMPN 31 Padang

Telah disetujui untuk diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji
Seminar Hasil Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan dan
Teknologi Informasi Universitas Alifiah Padang.

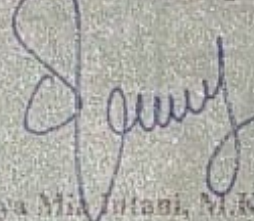
Padang, Maret 2025

Dosen Pembimbing I



Arfaningsih Dwi Putri, M.Keb

Dosen Pembimbing II

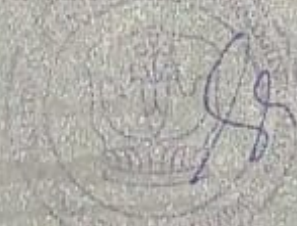


Trya Mia Intani, M.Keb

Dewan Ceng.

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi



Ns. Syalvia Gresti, M.Kep, Ph.D

HALAMAN PENGESAHAN DEWAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Gina Muhana

NIM : 23152011060

Program Studi : S1 Kebidanan

Judul : Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan
Mental Remaja Putri di SMPN 31 Padang

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Seminar Hasil Program
Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang.

Padang, Maret 2025

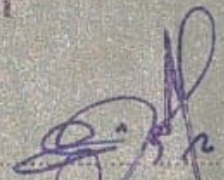
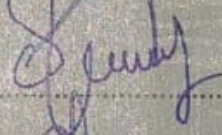
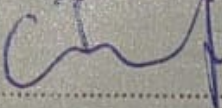
DEWAN PENGUJI

Pembimbing I
Arfianingsih Dwi Putri, M.Keb

Pembimbing II
Trya Mia Intani, M.Keb

Penguji I
Bdn. Afrira Esa Putri, M.Keb

Penguji II
Bdn. Lindawati, M. Biomed

()
()
()
()

Disahkan Oleh:

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi



Ns. Syalvia Oresti, M.Kep, Ph.D

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Skripsi, Maret 2025

Gina Muhana

Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan Mental Remaja Putri di SMPN 31 Padang

xiv + 69 halaman, 9 tabel, 2 gambar, 11 lampiran

ABSTRAK

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat secara fisik, psikologis, dan intelektual. Kesehatan mental meliputi upaya-upaya dalam mengatasi stres, ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, memiliki hubungan dengan orang lain, dan mengambil keputusan. Berdasarkan *Indonesia National Adolescents Mental Health Survey* (I-NAMHS) menunjukkan 1 dari 3 remaja memiliki masalah kesehatan mental. Gangguan mental paling banyak diderita remaja adalah gangguan kecemasan sebanyak 3,7%. Berdasarkan laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI), prevalensi angka kejadian depresi pada penduduk umur ≥ 15 tahun mencapai 0,8% di Sumatera Barat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan remaja putri di SMPN 31 Padang Tahun 2024.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah 459 siswi. Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan November 2024. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *Proportional Sampling* sebanyak 90 responden. Pengumpulan data menggunakan instrumen GHQ-12 dan SMAS-SF. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil analisis univariat didapatkan distribusi frekuensi kesehatan mental remaja putri yaitu 47,8% memiliki kesehatan mental bermasalah dengan 45,4% remaja putri menggunakan media sosial secara berlebihan. Analisis bivariat menunjukkan bahwa ada pengaruh antara penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja putri di SMPN 31 Padang dengan p-value 0,037 ($p < 0,05$).

Kesimpulan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan bermakna antara penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja putri di SMPN 31 Padang. Diharapkan kepada pihak SMPN 31 Padang untuk mengedukasi siswa dan siswi terkait penggunaan media sosial dikarenakan media sosial berdampak pada tumbuh kembang remaja terutama perkembangan emosional.

Daftar bacaan : 54 (2014 – 2024)

Kata Kunci : Kesehatan mental, media sosial, remaja putri

ALIFAH PADANG UNIVERSITY

Thesis, March 2025

Gina Muhana

The Relationship Between Social Media Use and the Mental Health of Female Adolescents at SMPN 31 Padang

xiv + 69 pages, 9 tables, 2 figures, 11 appendices

ABSTRACT

Adolescence is a period of rapid physical, psychological, and intellectual growth and development. Mental health includes efforts to cope with stress, inability to adapt, having relationships with others, and making decisions. Based on the Indonesia National Adolescents Mental Health Survey (I-NAMHS), it shows that 1 in 3 adolescents have mental health issues. The most common mental disorder suffered by adolescents is anxiety disorder, at 3.7%. Based on the Indonesian Health Survey (SKI) report, the prevalence of depression among the population aged ≥ 15 years reached 0.8% in West Sumatra. This study aims to determine the relationship between social media usage and the health of female adolescents at SMPN 31 Padang in 2024.

This research is a quantitative study with a cross-sectional research design. The population of this study consists of 459 female students. This research was conducted in November 2024. The sampling was conducted using Proportional Sampling with a total of 90 respondents. Data collection used the GHQ-12 and SMAS-SF instruments. Data were analyzed univariately and bivariately using the Chi-Square test.

The results of the univariate analysis showed that the frequency distribution of the mental health of adolescent girls was 47.8% with mental health issues, and 45.4% of adolescent girls used social media excessively. Bivariate analysis shows that there is an influence between social media use and the mental health of teenage girls at SMPN 31 Padang with a p -value of 0.037 ($p < 0.05$).

The conclusion of this study is that there is a significant relationship between social media use and the mental health of female adolescents at SMPN 31 Padang. It is hoped that SMPN 31 Padang will educate students about the use of social media because social media affects the growth and development of adolescents, especially emotional development.

Reading List : 54 (2014-2024)

Keywords : Adolescents girls, mental health, social media