

SKRIPSI

**HUBUNGAN MEDIA SOSIAL TERHADAP KESEHATAN MENTAL
PADA REMAJA DI SMA NEGERI 5 PADANG**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Pendidikan Strata I Keperawatan



Oleh:

**Erfika Syinta Zahra
2114201122**

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

PERNYATAAN PERSETUJUAN

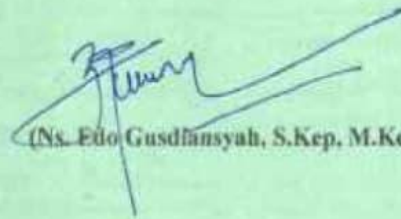
Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Erfika Syinta Zahra
NIM : 2114201122
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul : Hubungan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental
Pada Remaja Di SMAN 5 Padang

Telah berhasil diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Hasil Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifiah Padang.

Padang, Agustus 2025

Pembimbing I



(Ns. Edo Gusdlansyah, S.Kep, M.Kep)

Pembimbing II



(Ns. Dianna Arianti, S.Kep, M.Kep)

Disahkan oleh
Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifiah Padang



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

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Erfika Syinta Zahra
NIM : 2114201122
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul : Hubungan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental
Pada Remaja Di SMAN 5 Padang

Telah berhasil diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Hasil Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifiah Padang.

Padang, Agustus 2025

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I
Ns. Edo Gusdiansyah, S.Kep, M.Kep

(.....)

Pembimbing II
Ns. Diana Arianti, S.Kep, M.Kep

(.....)

Penguji I
Ns. Amelia Susanti, M.Kep, Sp. Kep.J

(.....)

Penguji II
Ns. Weni Mailita, S.Kep, M.Kep

(.....)

Disahkan oleh
Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifiah Padang

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

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI

Skripsi, Agustus 2025

Erfika Syinta Zahra

Hubungan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Pada Remaja Di SMA Negeri 5 Padang

xii + 59 halaman, 6 tabel, 2 gambar, 11 lampiran

ABSTRAK

Remaja mengalami perubahan besar dalam respon mereka terhadap lingkungan yang sesuai dengan masa perkembangan dimana mereka mengalami perubahan fisik, seksual, psikologis dan mental. Data global dan nasional menunjukkan peningkatan prevalensi gangguan mental emosional pada remaja yang sering dikaitkan dengan penggunaan media sosial. Media sosial sering menimbulkan dampak negatif seperti kecemasan dan depresi dimana orang cenderung membandingkan diri mereka dengan orang lain. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan media sosial terhadap kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 5 Padang.

Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif analitik dengan desain *cross-sectional study*. Waktu penelitian dari bulan Januari s/d Agustus 2025. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 26-27 Mei selama 2 hari. Populasi pada penelitian ini seluruh siswa kelas X dan XI SMA Negeri 5 Padang yang berjumlah 819 remaja, dengan sampel sebanyak 89 remaja yang dipilih melalui teknik *random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner penggunaan media sosial dan kuesioner SRQ-20 (Self Reporting Questionnaire-20) untuk mengukur kesehatan mental. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian lebih dari separuh (62,9%) remaja gangguan mental emosional, lebih dari separuh (62,9%) remaja pengguna media sosial kadang-kadang dan lebih dari separuh (85,7%) remaja dengan gangguan mental emosional pada pengguna media sosial kadang-kadang. Menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 5 Padang, dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p\text{-value} < 0,05$).

Kesimpulan dari penelitian ini adanya hubungan yang signifikan antara media sosial terhadap kesehatan mental pada remaja di SMA Negeri 5 Padang. Saran melalui guru dan staff diharapkan untuk memberikan edukasi tentang kesehatan mental dan dampak penggunaan media sosial kepada siswa.

Daftar Bacaan : 37 (2018-2025)

Kata kunci : Kesehatan mental, Media sosial, Remaja

ALIFAH UNIVERSITY UNDERGRADUATE
FACULTY OF HEALTH AND INFORMATION TECHNOLOGY
Scripciont, August 2025

Erfika Syinta Zahra

*The Relationship Between Social Media And Mental Health in Adolescent at SMA
5 Negeri Padang*

xii + 59 pages, 6 tables, 2 figures, 11 appendices

ABSTRACT

Adolescents undergo significant changes in their response to the environment, as they experience physical, sexual, psychological, and mental development. Global and national data indicate a rise in the prevalence of emotional mental disorders among adolescents, which is often linked to social media use. Social media often leads to negative impacts like anxiety and depression, as people tend to compare themselves to others. The purpose of this study is to determine the relationship between social media and mental health in adolescents at SMA Negeri 5 Padang.

This study used a quantitative analytical method with a cross-sectional study design. The research was conducted from January to August 2025, specifically on May 26-27 over two days. The population consisted of all 819 students in grades 10 and 11 at SMA Negeri 5 Padang, with a sample of 89 adolescents selected through a random sampling technique. Data was collected using a social media use questionnaire and the SRQ-20 (Self-Reporting Questionnaire-20) to measure mental health. The data was analyzed using univariate and bivariate Chi-Square tests.

The study results showed that more than half (62.9%) of adolescents had emotional mental disorders, and more than half (62.9%) of them were occasional social media users. Furthermore, more than half (85.7%) of adolescents with emotional mental disorders were occasional social media users. The findings indicate a significant relationship between social media use and mental health in adolescents at SMA Negeri 5 Padang, with a p-value of 0.000 (p-value < 0.05).

The conclusion of this study is that there is a significant relationship between social media and mental health in adolescents at SMA Negeri 5 Padang. It is recommended that teachers and staff provide education to students about mental health and the impact of social media use.

Data reading :37 (2018-2025)

Keyword : Mental Health, Social Media, Teenagers