

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Perubahan yang terjadi pada remaja meliputi perkembangan biologis, perkembangan kognitif. *World Health Organization* (WHO, 2022), remaja adalah seseorang berusia 10 hingga 19 tahun yang berada pada tahap transisi dari anak-anak menuju dewasa. Mereka termasuk dalam dua kategori, kategori pertama dikenal sebagai remaja awal, yang berusia 10 hingga 14 tahun, kategori kedua dikenal sebagai remaja akhir, yang berusia 15 hingga 19 tahun.

Menurut (WHO, 2023) remaja memiliki populasi lebih besar dibandingkan dengan populasi usia lainnya, populasi remaja di keseluruhan penduduk dunia yaitu sekitar 1,2 miliar penduduk tersebut merupakan remajausia 10-19 tahun setara dengan 18%. Badan Pusat Statistika Nasional mencatat jumlah remaja di Indonesia dengan rentang usia 10-19 tahun sebanyak 44,25 juta jiwa. Remaja di Sumatera Barat berjumlah 970.993 orang. Remaja di kota padang 72,179 jiwa usia 10-14 tahun, 71.869 jiwa usia 15-19 tahun, dan 76.204 jiwa usia 20-24 tahun (BPS, 2023).

Remaja biasanya sedang mencari identitas mereka dan mudah terpengaruh oleh lingkungan mereka. Sebagian besar remaja menggunakan media sosial untuk menjalin hubungan dengan teman-temannya dan ingin menampilkan citra yang positif, agar terlihat pintar dan memiliki kesan yang baik. Mereka juga aktif mengupload foto dan status, dan mengungkapkan

masalah pribadi mereka secara tersirat melalui akun media sosial mereka. Media sosial adalah jenis media online yang membantu penggunanya berhubungan sosial secara luas melalui teknologi seperti internet dan web (Prajaniti et al., 2022). Salah satu platform media sosial adalah TikTok. TikTok merupakan aplikasi media sosial yang populer di dunia

Pengguna aplikasi TikTok di Indonesia naik pesat dimana tahun 2022 mencatat 63,1% dan pada tahun 2023 sebanyak 70,8% dari jumlah populasi hingga Indonesia menduduki peringkat 2 dunia dengan jumlah pengguna aplikasi TikTok terbanyak (Riyanto, 2023). Pew research center melaporkan bahwa sekitar 67% remaja menggunakan TikTok dan 16% remaja mengatakan mereka menggunakannya hampir terus menerus (Rosmalina & Khaerunnisa, 2021).

Aplikasi ini memiliki sekitar 220 juta unduhan dan saat ini menjadi aplikasi paling populer kedua setelah WhatsApp, yang jelas digunakan oleh banyak orang, mengungguli aplikasi Instagram dan Facebook sebagai aplikasi non-game (Hairiah et al, 2021).

Berdasarkan data tersebut TikTok memiliki pengaruh besar terhadap Gen Z mengingat dari jumlah penggunaannya. Tak dipungkiri dampak negatif TikTok juga turut menyertai seiring dengan kebebasan pengguna dan pemakainya, adapun beberapa sisi negatif dari pengguna TikTok yaitu dapat mempengaruhi dan menimbulkan perasaan tidak aman, berpotensi terkena predator seksual, akan dapat merusak privasi, banyaknya komentar negatif,

dan bisa merusak harga diri bagi pengguna aplikasi TikTok (Sharabati et al., 2022).

TikTok memiliki efek positif dan negatif terhadap penggunanya. Beberapa efek positif dari media sosial termasuk kemudahan mendapat informasi, promosi bisnis dan hiburan, dan kemudahan berkomunikasi dengan teman, saudara, dan orang asing. Sedangkan dampak negatif adalah dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan mental, seperti timbulnya perasaan cemas berlebihan (Novita & Dian, 2024).

Kecemasan adalah sebuah kekhawatiran yang tidak jelas dan memiliki kaitan dengan perasaan yang tidak pasti (Hanifah, 2020). Gangguan kecemasan pada remaja di Indonesia mencapai 47,7% dari seluruh populasi penduduk di Indonesia (Kemenkes RI, 2021). Salah satu bentuk kecemasan karena media sosial TikTok yaitu adanya kekhawatiran seorang untuk tidak up to date terhadap apa yang terjadi yang disebut *Fear Of Missing Out* yaitu kondisi seorang individu yang takut akan kehilangan informasi momen berharga tentang orang lain melalui internet atau media sosial (Hanifah, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh (Mardiana, 2023) kecemasan media sosial TikTok pada remaja di SMK Sore Pangkal Pinang yaitu seperti sering merasa tidak percaya diri, iri, dan tidak puas dengan kehidupan sendiri, sering merasa *Insecure*, dan mood yang terkadang ditandai dengan rasa sedih ataupun tertekan, itu muncul ketika individu melihat berbagai postingan yang di unggah oleh pengguna sosial lainnya. Pengguna

TikTok akan merasa tekanan sosial untuk menciptakan konten yang menarik dan terus memperbarui akun mereka secara teratur agar tetap relevan, hal ini dapat menyebabkan kecemasan dan tekanan yang berlebihan terutama jika mereka merasa gagal atau tidak terpenuhi di platform TikTok.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Mardiana, 2023) terdapat hubungan antara penggunaan media sosial TikTok dengan kecemasan pada remaja. Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh (Fazrian, 2023) menemukan media sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap kesehatan mental, media sosial berlebihan menyebabkan kecemasan, stress, depresi dan kesepian pada remaja. Penelitian ini menghasilkan 53% remaja teridentifikasi kesehatan mental atau dalam kategori sedang.

Berdasarkan Data Dinas Pendidikan Kota Padang Tahun 2026, jumlah SMA di Kota Padang sebanyak 61 sekolah, SMA Negeri sebanyak 19 dan SMA Swasta sebanyak 42 sekolah. Kecamatan Padang Timur memiliki 6 SMA Swasta salah satunya SMA Swasta Adabiah yang merupakan angka siswa terbanyak pada tahun 2026 (Dinas Pendidikan Sumatera Barat, 2026).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti kepada remaja SMA Swasta Adabiah Kota Padang pada tanggal 29 Mei 2026 dengan melakukan wawancara terpimpin terhadap 10 orang siswa/siswi remaja kelas XI didapatkan sebanyak 10 dari 10 orang siswa/siswi remaja memiliki ketergantungan terhadap penggunaan TikTok yang terdiri dari 8 orang kategori sedang, 1 kategori tinggi, serta 1 diantaranya kategori rendah. Sedangkan pada pengukuran tingkat kecemasan menggunakan instrumen

GAD-7, ditemukan variasi kondisi psikologis yang cukup beragam diantaranya 1 kecemasan berat, 5 kecemasan sedang, 2 kecemasan ringan, dan 2 diantaranya tidak mengalami kecemasan sama sekali. Saat dilakukan wawancara kepada siswa/siswi remaja kelas XI didapatkan bahwa siswa yang mengalami kecemasan akan merasakan cemas, gugup dan menjadi lebih sensitif sehingga gampang tersinggung dan tidak mau berinteraksi dengan sosial.

Berdasarkan fenomena tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui Hubungan Intensitas Penggunaan TikTok dengan Kecemasan pada Remaja di SMA Adabiah Kota Padang Tahun 2026.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Hubungan Intensitas Penggunaan TikTok dengan Kecemasan pada Remaja di SMA Adabiah Kota Padang Tahun 2026?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Diketahuinya Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok dengan Kecemasan pada Remaja di SMA Adabiah Kota Padang Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan pada remaja SMA Adabiah Kota Padang Tahun 2026.

- b. Diketahui distribusi frekuensi tingkat intensitas penggunaan TikTok pada remaja SMA Adabiah Kota Padang Tahun 2026.
- c. Diketahui hubungan intensitas penggunaan TikTok dengan kecemasan pada remaja SMA Adabiah Kota Padang Tahun 2026.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

Menambah wawasan ilmu pengetahuan dan pengalaman peneliti mengenai hubungan intensitas penggunaan TikTok dengan kecemasan pada remaja SMA Adabiah Kota Padang Tahun 2026 sehingga peneliti dapat mengaplikasikan ilmu hasil studi yang diperoleh selama penelitian dalam lingkup keperawatan jiwa.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar dapat menggunakan penelitian ini sebagai referensi pembanding untuk melanjutkan penelitian dengan menggunakan variabel lain yang berhubungan dengan intensitas penggunaan TikTok dengan kecemasan pada remaja SMA Adabiah Kota Padang Tahun 2026.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi institusi terkait

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber literatur dalam bidang keperawatan jiwa. Terkhusus tentang hubungan intensitas penggunaan TikTok dengan kecemasan pada remaja.

Bagi Sekolah Menengah Atas Swasta Adabiah Kota Padang

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pengetahuan bagi SMA Adabiah Kota Padang Tahun 2026 serta sebagai bahan pemahaman mengenai dampak penggunaan media sosial TikTok terhadap kondisi psikologis siswa, khususnya kecemasan pada remaja. Selain itu hasil penelitian ini dapat membantu sekolah dalam mengenali pola penggunaan media sosial yang berlebihan serta pengaruhnya terhadap kepercayaan diri dan interaksi sosial siswa. Penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi guru BK dan pihak sekolah dalam menyusun program bimbingan, edukasi literasi digital, serta upaya pencegahan masalah sosial dan emosional siswa. Dengan adanya penelitian ini, SMA Adabiah Kota Padang Tahun 2026 diharapkan mampu menciptakan lingkungan belajar yang lebih sehat, aman, dan mendukung perkembangan mental siswa.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas tentang hubungan intensitas penggunaan TikTok terhadap kecemasan pada siswa/siswi remaja di SMA Adabiah Kota Padang Tahun 2026. Adapun variabel independen pada penelitian ini Hubungan Intensitas Penggunaan TikTok sedangkan variabel dependen Kecemasan Pada Remaja. Desain penelitian yang dilakukan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif analitik menggunakan *Cross Sectional Study*. Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Maret - Agustus 2026 di SMA Adabiah Kota Padang. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 15-18 Juni 2026. Populasi dalam penelitian ini anak usia 15-19

tahun di SMA Adabiah Kota Padang Tahun 2026 sebanyak 343 responden dengan sampel yang didapatkan menggunakan rumus *Slovin* sebanyak 77 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Proportional Stratified Random Sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok dan *GAD-7 (Generalized Anxiety Disorder-7)*. Data dianalisis secara univariat dan bivariat untuk menggunakan uji *Chi-square* dengan $p\text{-value} = 0,001$.

