

HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KESEHATAN JIWA PADA REMAJA DI SMP NEGERI 6 KOTA JAMBI

Hamidah¹, Fadliana Ekawaty², Luri Mekeama³, Riska Amalya Nasution⁴, Yuliana⁵

^{1,2,3,4,5}Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Jambi, Jambi, Indonesia

Alamat e-mail :

[¹hamidah180603@gmail.com](mailto:hamidah180603@gmail.com), [²fadliana_ekawaty@unja.ac.id](mailto:fadliana_ekawaty@unja.ac.id), [³luri_mekeama@unja.ac.id](mailto:luri_mekeama@unja.ac.id),
[⁴riskanasution@unja.ac.id](mailto:riskanasution@unja.ac.id), [⁵yuliana_fkik@unja.ac.id](mailto:yuliana_fkik@unja.ac.id)

ABSTRACT

The use of social media among adolescents is increasing and has the potential to affect mental health. Junior high school students are a group that is vulnerable to emotional, behavioral, and social relationship disorders due to high digital exposure. The main problems in this study are the high intensity of social media use among students at SMP Negeri 6 Kota Jambi and the high proportion of abnormal mental health. This study aims to determine the relationship between social media use and mental health among adolescents at SMP Negeri 6 Kota Jambi. This study uses a correlative descriptive design with a cross-sectional approach. The study population consists of all students in grades VII–IX, and the sample consists of 101 respondents selected using stratified random sampling. The independent variable was social media use, and the dependent variable was mental health, which was measured using the Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ). Data collection was conducted through the distribution of questionnaires, which were then analyzed using the Kendall Tau test. The results showed that most adolescents were in the frequent social media use category (53.5%), and most had abnormal mental health (86.1%). Bivariate analysis showed a significant relationship between social media use and mental health ($p = 0.001$) with a correlation strength of $r = 0.321$, which means a moderate positive relationship. The conclusion of this study is that the higher the social media use, the worse the mental health condition of adolescents.

Keywords: adolescents, mental health, social media

ABSTRAK

Penggunaan media sosial pada remaja semakin meningkat dan berpotensi memengaruhi kondisi kesehatan jiwa. Remaja SMP merupakan kelompok yang rentan mengalami gangguan emosional, perilaku, maupun relasi sosial akibat tingginya paparan digital. Masalah utama dalam penelitian ini adalah tingginya intensitas penggunaan media sosial pada siswa SMP Negeri 6 Kota Jambi serta tingginya proporsi kesehatan jiwa kategori abnormal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan jiwa pada remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas VII–IX, dan sampel berjumlah 101 responden yang dipilih menggunakan stratified random sampling. Variabel independen adalah penggunaan media sosial dan variabel dependen adalah kesehatan jiwa yang diukur menggunakan *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ). Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner, kemudian dianalisis menggunakan uji *Kendall Tau*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja termasuk dalam kategori penggunaan media sosial sering (53,5%), dan sebagian besar memiliki kesehatan jiwa kategori abnormal (86,1%). Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dengan kesehatan jiwa ($p = 0,001$) dengan kekuatan korelasi $r = 0,321$, yang berarti hubungan positif berkekuatan sedang. Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa semakin tinggi penggunaan media sosial, semakin buruk kondisi kesehatan jiwa remaja.

Kata Kunci: kesehatan jiwa, media sosial, remaja

A. Pendahuluan

Teknologi berkembang pesat dan menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia. Internet sebagai salah satu hasil inovasi teknologi adalah internet, telah

mengubah cara manusia berkomunikasi, bekerja, belajar, dan berinteraksi secara digital (Fajar, M 2020), (Marzo et al. 2024). Secara global, pengguna internet mencapai 5,07 miliar pada Oktober 2022,

dengan lebih dari 95% di antaranya mengakses media sosial (Silalahi 2023). Hal ini menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi bagian penting dari aktivitas digital Masyarakat (Sururin et al. 2022).

gian penting dari aktivitas digital Masyarakat (Sururin et al. 2022). Di Indonesia, 94,16% anak muda telah mengakses internet dalam tiga bulan terakhir dan 84,37% di antaranya menggunakan media sosial (Meltwater 2024). Pengguna internet banyak mengakses platform seperti WhatsApp (90,9%), Instagram (84,8%), Facebook (81,3%), dan TikTok (77,8%), dengan durasi penggunaan rata-rata 7 jam per hari. Di Provinsi Jambi menurut Badan Pusat Statiska 2022, akses internet meningkat dari 41,34% pada 2020 menjadi 56,07% pada 2021, dan sebagian besar digunakan untuk komunikasi melalui media sosial

Remaja merupakan kelompok yang paling aktif menggunakan media sosial karena mereka berada pada fase pencarian jati diri, membutuhkan validasi sosial, dan eksplorasi hubungan sebaya (Sitompul et al. 2024) (Santrock 2019). Media sosial dapat memberikan manfaat seperti

kreativitas, literasi digital, dan interaksi sosial positif. Namun, penggunaan berlebihan dapat menimbulkan kecemasan, stres, rendah diri, serta gangguan emosional akibat tekanan sosial dan perbandingan diri (Maharani & Anisa 2022).

Menurut WHO (2022), kesehatan jiwa merupakan kondisi ketika individu mampu menghadapi tekanan sehari-hari, bekerja secara produktif, dan berkontribusi bagi komunitasnya. WHO (2021) melaporkan bahwa sekitar 20% anak dan remaja di dunia mengalami masalah kesehatan jiwa. Di Indonesia, Survei Kesehatan Indonesia (2023) menemukan bahwa 5,5% remaja mengalami gangguan mental, dengan prevalensi lebih tinggi pada remaja perempuan dan wilayah perkotaan.

Berbagai faktor seperti dinamika keluarga, tekanan teman sebaya, tuntutan akademik, serta keterlibatan berlebihan dengan media digital dapat meningkatkan risiko gangguan emosional dan perilaku pada remaja (Masri-zada et al. 2025) (Hosseinkhani Z 2020). Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dan

masalah kesehatan jiwa. (Pratama & Sari 2020) melaporkan hubungan positif antara intensitas media sosial dan sikap apatis remaja ($p=0,001$). Di et al. (2021) juga menemukan hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dan kesehatan mental remaja ($p=0,000$).

Meningkatnya penggunaan media sosial dan tingginya proporsi gangguan emosional pada remaja menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan jiwa pada remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelatif dengan pendekatan cross sectional, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penggunaan media sosial dengan kesehatan jiwa pada remaja. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 6 Kota Jambi pada tahun penelitian yang tercantum dalam skripsi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII, VIII, dan IX di SMP Negeri 6 Kota Jambi. Sampel penelitian berjumlah 101

responden yang ditentukan menggunakan stratified random sampling berdasarkan tingkat kelas, sehingga setiap kelas terwakili secara proporsional sesuai jumlah siswa. Variabel independen dalam penelitian ini adalah penggunaan media sosial, sedangkan variabel dependen adalah kesehatan jiwa. Instrumen penggunaan media sosial menggunakan kuesioner terstandar yang menilai frekuensi, durasi, dan intensitas penggunaan media sosial. Variabel kesehatan jiwa diukur menggunakan Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) yang terdiri dari lima subskala: emotional symptoms, conduct problems, hyperactivity, peer problems, dan prosocial behavior. Penilaian total difficulty score digunakan untuk mengelompokkan responden ke dalam kategori normal, borderline, dan abnormal. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner kepada seluruh responden dengan pendampingan peneliti dan guru sekolah. Data yang terkumpul kemudian melalui proses editing, coding, entry, dan cleaning sebelum dilakukan analisis. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan

distribusi karakteristik responden, tingkat penggunaan media sosial, serta kategori kesehatan jiwa. Analisis bivariat menggunakan uji Kendall Tau untuk menilai hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan jiwa, dengan tingkat signifikansi

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik di SMP Negeri 6 Kota Jambi

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	43	42,6
Perempuan	58	57,4
Total	101	100
Usia		
11 tahun	1	1,0
12 tahun	16	15,8
13 tahun	38	37,6
14 tahun	46	45,5
Total	101	100

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa dari 101 responden yang diteliti di SMP Negeri 6 Kota Jambi, diperoleh data sebagian besar didominasi responden berjenis kelamin Perempuan sebanyak 58 orang (57,8 %). Ditinjau dari usia, data sebagian besar didominasi responden berusia 14 tahun sebanyak 46 orang (45,5%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penggunaan Sosial

Kategori Penggunaan Media Sosial	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Sering	54	53,5
Kadang-kadang	45	44,6
Jarang	2	2
Total	101	100

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa 101 responden diteliti bahwa remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi paling banyak memiliki perilaku penggunaan media sosial dalam kategori kadang-kadang yaitu sebanyak 54 responden (53,5%).

Kategori Penggunaan Media Sosial	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Sering	54	53,5
Kadang-kadang	45	44,6
Jarang	2	2
Total	101	100

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa 101 responden diteliti bahwa remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi paling banyak memiliki perilaku penggunaan media sosial dalam kategori kadang-kadang yaitu sebanyak 54 responden (53,5%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kesehatan Jiwa

Kategori Kesehatan Jiwa	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	1	1

Borderline	13	12,9
Abnormal	87	86,1
Total	101	100

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa 101 responden yang diteliti pada remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi paling banyak untuk Kesehatan jiwa berada dalam kategori abnormal yaitu sebanyak 87 responden (86,1%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kesehatan Jiwa Gejala Emosional

Kategori Kesehatan Jiwa Gejala Emosional	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	61	60,4
Borderline	10	9,9
Abnormal	30	29,7
Total	101	100

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa 101 responden yang diteliti pada remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi paling banyak untuk kesehatan jiwa pada gejala emosional berada dalam kategori normal yaitu sebanyak 61 responden (60,4%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kesehatan Jiwa Masalah Perilaku

Kategori Kesehatan Jiwa Masalah Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	76	75,2
Borderline	25	31,7
Abnormal	0	0
Total	101	100

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa 101 responden yang diteliti pada remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi paling banyak untuk kesehatan jiwa pada masalah perilaku berada dalam kategori normal yaitu sebanyak 76 responden (75,6%).

Table 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kesehatan Jiwa Hiperaktivitas

Kategori Kesehatan Jiwa Hiperaktivitas	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	37	36,6
Boderline	20	19,8
Abnormal	44	43,6
Total	101	100

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa 101 responden yang diteliti pada remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi paling banyak untuk kesehatan jiwa pada hiperaktivitas berada dalam kategori abnormal yaitu sebanyak 44 responden (43,6%).

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kesehatan Jiwa Masalah Teman Sebaya

Kategori Kesehatan Jiwa Perilaku Proposional	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	96	95,6
Boderline	4	4
Abnormal	1	1
Total	101	100

Berdasarkan tabel 7 dapat dilihat bahwa 101 responden yang diteliti

pada remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi paling banyak untuk kesehatan jiwa pada perilaku propososial berada dalam kategori borderline yaitu sebanyak 96 responden (95,6%).

Tabel 8 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kesehatan Jiwa Perilaku Propososial

Kategori Kesehatan Jiwa Perilaku Propososi al	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	96	95,6
Boderline	4	4
Abnormal	1	1
Total	101	100

Berdasarkan tabel 4.8 dapat dilihat bahwa 101 responden yang diteliti pada remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi paling banyak untuk kesehatan jiwa pada perilaku propososial berada dalam kategori borderline yaitu sebanyak 96 responden (95,6%).

Tabel 9. Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan Jiwa

Penggunaan Media Sosial	Kesehatan Jiwa								p - value
	normal		borderline		abnormal		total		
	f	%	f	%	f	%	f	%	

Sering	5	0	7	2	4	5	5	5		
					6	1	4	3		
Kadang-kadang	4	1		5	9	3	3	4	0	0
						8	3	4		
Jarang	0	0	3	1	1	1	2	2	1	1
Total	1	1	1	1	8	8	1	1		

Berdasarkan hasil dari analisis, diperoleh nilai p-value sebesar 0,001 yang lebih kecil dari tingkat signifikan 0,05. Hasil ini mengindikasikan penolakan hipotesis nol (Ho) dan penerimaan hipotesis alternatif (Ha) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dengan kesehatan jiwa pada remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi. Kekuatan hubungan antara kedua variabel tersebut dapat dilihat dari nilai koefisien korelasi 0,321 yang mengindikasikan adanya korelasi positif dengan tingkat kekuatan yang tergolong sedang. Temuan ini menggambarkan adanya keterkaitan searah antara penggunaan media sosial dengan kesehatan jiwa. Interpretasi dari hasil korelasi positif ini adalah semakin tinggi tingkat penggunaan media sosial, maka

semakin buruk kesehatan jiwa pada remaja. Sebaliknya, semakin rendah tingkat penggunaan media sosial, maka semakin baik kesehatan jiwa pada remaja.

2. Pembahasan

Gambaran Penggunaan Media Sosial Gambaran Penggunaan Media Sosial pada Remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi

Hasil penelitian didapatkan bahwa penggunaan media sosial yang paling dominan pada kategori sering dengan jumlah responden sebanyak 54 orang (53,4%), kategori kadang-kadang sebanyak 45 responden (44,5%), dan kategori jarang sebanyak 2 responden (2%). Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas remaja di sekolah tersebut telah menggunakan media sosial secara rutin dan cukup intensif, dengan lebih dari setengah responden dalam kategori tertinggi frekuensi. Kondisi ini konsisten dengan gambaran penggunaan media sosial di kalangan remaja Indonesia yang menunjukkan keakraban tinggi terhadap platform digital, studi menemukan bahwa remaja Indonesia usia 12–15 tahun menggunakan media sosial untuk aktivitas sosial, praktis, dan hiburan, serta menganggap diri mahir

menggunakan media sosial (Saryuti, S 2025).

Berdasarkan hasil distribusi juga diketahui bahwa masih terdapat 54 responden (53,5%) yang berada pada kategori penggunaan sering. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian remaja memiliki kecenderungan untuk menggunakan media sosial secara lebih intens, yang dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan sebaya, tren digital, serta akses perangkat seperti smartphone. Penelitian (Pratama *et al* 2020) menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial yang tinggi pada remaja berkaitan erat dengan kemudahan penggunaan aplikasi, dukungan sosial dari teman sebaya, serta fitur-fitur yang memberikan hiburan instan.

Sementara itu, hanya 2 responden (2%) yang berada pada kategori jarang menggunakan media sosial. Rendahnya angka ini menunjukkan bahwa hampir semua remaja saat ini telah terpapar dan terlibat dalam aktivitas digital. Remaja yang termasuk dalam kategori jarang biasanya dipengaruhi oleh faktor seperti keterbatasan akses internet, aturan keluarga, minat yang rendah terhadap teknologi, atau preferensi

terhadap aktivitas offline lainnya. Hal ini diperkuat oleh penelitian (Purboningsih ER 2022) yang menyatakan bahwa meskipun hampir semua remaja memiliki akses terhadap media sosial, terdapat sebagian kecil yang memilih untuk tidak terlibat aktif karena faktor personal atau keluarga.

Gambaran Kesehatan Jiwa pada Remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kesehatan jiwa yang paling dominan berada pada kategori abnormal dengan persentase 86,1% (87 orang), kategori borderline mencapai 12,9% (13 orang), sedangkan kategori normal dengan persentase 1% (1 orang). Berdasarkan distribusi data tersebut, dapat diinterpretasikan bahwa fenomena kesehatan jiwa siswa SMP Negeri 6 Kota Jambi berada pada kategori abnormal.

Pada gejala emosional menunjukkan bahwa kategori normal merupakan yang paling dominan, sebesar 61 responden (60,4%). Meskipun demikian, masih terdapat 30 responden (29,7%) dalam kategori abnormal. Gejala emosional mencakup indikator sering mengeluh

sakit badan, memiliki banyak kekhawatiran atau kecemasan berlebihan, sering merasa tidak bahagia, mudah menangis, merasa gugup atau tegang, rendah diri atau mudah kehilangan percaya diri, serta mudah merasa tskut dalam menghadapi situasi tertentu. (Pangesti, *et al* 2024) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa remaja dengan kontrol emosi yang buruk lebih berisiko mengalami ledakan kemarahan dan perasaan sedih berkepanjangan. Hal ini memperkuat bahwa gejala emosional menjadi komponen penting dalam mendeteksi potensi gangguan psikologis yang dapat berkembang lebih serius apabila tidak ditangani secara tepat.

Hasil penelitian pada aspek masalah perilaku menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori normal, yaitu 75 responden (75,2%), sementara 25 responden (24,8%) berada pada kategori borderline dan tidak ada responden pada kategori abnormal. Kondisi ini memperlihatkan bahwa mayoritas remaja mampu mengendalikan perilaku mereka dengan baik, termasuk dalam aspek

seperti tidak sering marah meledak-ledak, tidak melakukan perilaku melanggar aturan, tidak berkelahi, serta tidak terlibat dalam tindakan seperti berbohong, curang, atau mencuri, yang merupakan indikator umum pada masalah perilaku. Penelitian (Thornberry & Freeman 2019) juga menegaskan bahwa dukungan keluarga dan keterlibatan sekolah berperan penting dalam mencegah masalah perilaku pada remaja.

Data penelitian menunjukkan bahwa dalam aspek hiperaktivitas-inatensi, sebagian besar remaja berada pada kategori abnormal, yaitu sebanyak 44 responden (43,6 %), diikuti oleh kategori normal sebanyak 37 responden (36,6 %) dan kategori borderline sebanyak 20 responden (19,8 %). Indikator yang digunakan untuk menilai hiperaktivitas-inatensi mencakup: sering merasa gelisah atau terlalu aktif, tidak dapat diam lama, terus bergerak dengan resah, mudah terganggu atau teralih perhatiannya, konsentrasi mudah buyar, bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu, serta kesulitan menyelesaikan tugas hingga selesai. Studi (Prasad & Kumar 2023) melaporkan bahwa

remaja yang mengalami tingkat inatensi dan hiperaktivitas yang tinggi menunjukkan lebih banyak konflik dengan teman sebaya dan guru serta kesulitan dalam mengikuti tugas sekolah. Temuan ini menegaskan pentingnya deteksi dini dan intervensi guna meningkatkan regulasi perhatian dan aktivitas motorik pada remaja demi mencegah dampak lebih lanjut.

Aspek masalah hubungan teman sebaya data penelitian menunjukkan bahwa dalam kategori borderline mendominasi dengan sebanyak 47 responden (46,5 %), diikuti oleh kategori normal sebanyak 29 responden (28,7 %) dan kategori abnormal sebanyak 25 responden (24,8 %). Indikator yang digunakan untuk menilai masalah hubungan teman sebaya mencakup: cenderung menyendiri, lebih senang bermain sendiri, tidak memiliki teman dekat, merasa tidak disukai oleh teman sebaya, sering diganggu atau diejek oleh anak lain, serta lebih mudah bergaul dengan orang dewasa dibandingkan teman sebaya. Penelitian oleh (Parker & Asher 2021) menunjukkan bahwa remaja yang melaporkan sedikit atau tidak ada teman dekat serta merasa tidak

diterima oleh kelompok sebaya memiliki risiko lebih tinggi dalam perkembangan emosi negatif dan isolasi sosial.

Pada aspek perilaku prososial hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori normal mendominasi, yaitu sebanyak 96 responden (95%), diikuti kategori borderline 4 responden (4%), dan kategori abnormal 1 responden (1%). Dominasi kategori normal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar remaja dalam penelitian mampu menunjukkan perilaku sosial positif dalam interaksi sehari-hari. Hal ini tercermin dari indikator prososial yang mencakup kemampuan mempertimbangkan perasaan orang lain, kesediaan berbagi dengan teman, kecenderungan untuk menolong, bersikap ramah kepada anak yang lebih muda, serta sering menawarkan diri untuk membantu secara sukarela. Penelitian oleh (Luo et al. 2023) menunjukkan bahwa iklim sekolah yang suportif dan dukungan sosial yang kuat meningkatkan perilaku prososial dan kesejahteraan psikologis remaja. Temuan ini mendukung hasil penelitian bahwa mayoritas remaja berada pada tingkat prososial yang sehat dan adaptif.

Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kesehatan Jiwa pada Remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi

Penelitian ini mengindikasikan adanya keterkaitan antara penggunaan media sosial dengan kesehatan jiwa dengan nilai *p-value* sebesar 0,001 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Kondisi ini menunjukkan eksistensi hubungan yang signifikan secara statistik antara kedua variabel tersebut. Kekuatan hubungan dapat diamati melalui nilai koefisien korelasi uji kendall tau (r) = 0,321 yang menunjukkan korelasi positif dengan tingkat kekuatan yang tergolong cukup. Korelasi positif ini diinterpretasikan bahwa semakin tinggi tingkat penggunaan media sosial, maka semakin tinggi pula skor kesehatan jiwa yang diperoleh. Karena skor kesehatan jiwa yang lebih tinggi mengindikasikan kondisi yang semakin buruk atau semakin abnormal, maka hubungan ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang lebih tinggi berkaitan dengan kesehatan jiwa yang semakin terganggu. Sebaliknya, semakin rendah penggunaan media sosial, maka semakin rendah pula

skor gangguan kesehatan jiwa pada remaja.

E. Kesimpulan

Adanya hubungan penggunaan media sosial dengan kesehatan pada remaja di SMP Negeri 6 Kota Jambi. Hasil uji *Kendall Tau* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,321 dengan tingkat signifikan $p\text{-value} = 0,001 < 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Adly, S. A., Rahmadhani, D., Chaira, K., Putra, A., Ramadhani, Z., Prameswari, U., et al. (2023). Implikasi bijak bermedia sosial dalam mencegah penggunaan NAPZA di kalangan remaja. <https://doi.org/10.35446/diklatreview.v7i2.1505>
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jambi. (2022). Statistik Kesejahteraan Rakyat Provinsi Jambi. <https://jambi.bps.go.id/>
- Diva, P. T., Anggari, R. S., & Haswita, H. (2023). Intensitas penggunaan media sosial dengan kesehatan mental pada remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 10(1), 37–45. <https://doi.org/10.55500/jikr.v10i1.184>
- Fajar, M., & Machmud, H. (2020). Penggunaan media sosial di kalangan siswa sekolah dasar. *Diniyah: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(1), 46–55. <https://doi.org/10.31332/dy.v1i1.1822>
- Harahap, A. S., Nabila, S., Sahyati, D., Tindaon, M., & Batubara, A. (2024). Pengaruh media sosial terhadap perilaku etika remaja di era digital. *Indonesian Culture and Religion Issues*, 1(2), 9. <https://doi.org/10.47134/diksi.ma.v1i2.19>
- Hosseinkhani, Z., Hassanabadi, H. R., Parsaeian, M., Karimi, M., & Nedjat, S. (2020). Academic stress and adolescents' mental health: A multilevel structural equation modeling (MSEM) study in northwest of Iran. *Journal of Research in Health Sciences*, 20(4), 1–7. <https://doi.org/10.34172/jrhs.2020.30>
- Luo, M., Li, J., & Wang, Y. (2023). School climate, social support, and prosocial behavior among adolescents: A multilevel study. *Journal of Adolescence*, 99, 77–88.
- Maharani, M., & Anisa, S. (2022). Implementation of digital literacy for the advancement of education. *International Conference on Education*, 1, 110–115. <http://seminar.uad.ac.id/index.php/ICE/article/view/9413>

- Marzo, R. R., Chen, H. W. J., Ahmad, A., et al. (2024). The evolving role of social media in enhancing quality of life: A global perspective across 10 countries. *BMC Public Health*, 24, 1–14.
<https://doi.org/10.1186/s13690-023-01222-z>
- Masri-zada, T., Martirosyan, S., & Abdou, A., et al. (2025). The impact of social media & technology on child and adolescent mental health. *Journal of Psychiatry and Psychiatric Disorders*, 9(2), 111–130.
<https://doi.org/10.26502/jppd.2572-519x0242>
- Meltwater & We Are Social. (2024). Global social media users pass 5 billion milestone.
- Parker, J. G., & Asher, S. R. (2025). Peer relations and psychosocial adjustment in adolescence. *Journal of Early Adolescence*, 41(2), 145–168.
- Prasad, R., & Kumar, S. (2023). Impact of ADHD symptoms on social and academic functioning in adolescents. *Journal of Child and Adolescent Behavior*, 11(2), 1–9.
- Pratama, B. A., & Sari, D. S. (2020). Dampak sosial intensitas penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental berupa sikap apatis di SMP Kabupaten Sukoharjo. *Gaster*, 18(1), 65.
<https://doi.org/10.30787/gaster.v18i1.487>
- Pujiono, A., Kanafi, K., & Farida, M. (2022). Media sosial sebagai sumber belajar bagi Generasi Z. *Regula Fidei: Jurnal Pendidikan Agama Kristen*, 7(2), 252–262.
<https://doi.org/10.33541/rfidei.v7i2.80>
- Purboningsih, E. R., Rahmawati, I., Fitriani, E., Fauziah, N., & Dewi, R. P. (2022). Perception and use of social media by Indonesian young adolescents: The role of parental mediation and personal factors. *Frontiers in Psychology*, 13, 985112.
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2022.985112>
- Santrock, J. W. (2019). *Adolescence*. McGraw-Hill Education.
- Silalahi, P. H., Dameria, F. A., & Dameria, F. A. (2023). Perlindungan data pribadi mengenai kebocoran data dalam lingkup cyber crime sebagai kejahatan transnasional. *Wajah Hukum*, 7(2), 614.
<https://doi.org/10.33087/wjh.v7i2.1244>
- Sitompul, D. P., Sitorus, Y., Sibuea, E. G. B., & Elsi, S. D. (2024). Peran media sosial dalam mempengaruhi perilaku pemilih pemula. *Journal of Law, Administration, and Social Science*, 4(5), 767–775.

- <https://doi.org/10.54957/jolas.v4i5.888>
- <https://doi.org/10.54097/ehss.v22i.12421>
- <https://doi.org/10.57235/jerumi.v2i1.1760>
- <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Su, X. (2023). Influence of social media and family environment on adolescent anxiety disorder. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 22, 207–213.
- Supini, P., Gandakusumah, A. R. P., Asyifa, N., Auliya, Z. N., & Ismail, D. R. (2024). Faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental pada remaja. *JERUMI: Journal of Education Religion Humanities and Multidisciplinary*, 2(1), 166–172.
- Sururin, S., Nawawi, M., Subchi, I., Aryn, I. M., & Masruroh, S. U. (2022). The effect of technology use and social media on lifestyle and cultural changes. *Journal of Positive School Psychology*, 6(6), 5636–5649.
- Thornberry, T. P., & Freeman, R. (2019). Family support, school engagement, and delinquent behavior in adolescents. *Journal of Youth Studies*, 22(4), 501–518.
- WHO. (2021). Adolescent mental health.
- <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>