

Hubungan antara *loneliness* dengan durasi penggunaan media sosial pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi angkatan 2021

Citra Rarung*, Cicilia Palit, Hendri Opod†

Abstract

Background: The occurrence of loneliness is very prominent for adolescents as their desire to feel socially accepted and belonged is very strong during the process of growth and development. Loneliness itself is a prominent aspect of the life course principle of interconnectedness. This relates to how adolescents perceive the quality of their relationships, i.e. how their lives are connected to others and how this affects mental and physical well-being. Research results on mood elevation claim that people with negative emotional states tend to seek solace online through social media. Over a span of 6 years, the number of teens with smartphone use grew from 4 in 10 teens to 9 in 10 teens. In the same time span, the percentage of teens using social media doubled from 34% to 70%.

Methods: This study is an observational analytic with a cross-sectional approach, applying the total sampling method. The sample was drawn through the distribution of questionnaires using Google form links during September-October 2023. Analysis of the correlation used the Spearman Rank test.

Results: This study involved 276 student participations. There is a correlation between loneliness and the duration of social media use among 2021 students of the Faculty of Medicine, Sam Ratulangi University. The results show that the relationship between the two variables has a sufficient level of strength, a coefficient value of 0.354 and a positive correlation direction ($p < 0.001$).

Conclusion: The level of loneliness has a positive relationship with the duration of social media use in students of the Faculty of Medicine Sam Ratulangi University, class of 2021.

Keywords: loneliness, duration of social media use, medical students

Abstrak

Latar Belakang: Terjadinya kesepian sangat menonjol bagi remaja karena keinginan mereka untuk merasa diterima secara sosial dan menjadi bagian yang sangat kuat selama proses pertumbuhan dan perkembangan. Kesepian itu sendiri merupakan aspek yang menonjol dari prinsip jalan hidup dari kehidupan yang saling terhubung. Hal ini berkaitan dengan cara pandang remaja terhadap kualitas hubungan mereka, yaitu bagaimana hidup mereka terhubung dengan orang lain dan tentunya ini mempengaruhi kesejahteraan mental dan fisik. Hasil penelitian tentang peningkatan suasana hati mengklaim bahwa orang-orang dengan keadaan emosi negatif cenderung mencari hiburan di dunia maya melalui media sosial. Selama rentang waktu 6 tahun, jumlah remaja dengan penggunaan smartphone tumbuh dari 4 dari 10 remaja menjadi 9 dari 10 remaja. Dalam rentang waktu yang sama, persentase remaja yang menggunakan media sosial meningkat dua kali lipat dari 34% menjadi 70%.

Metode: Penelitian ini bersifat analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional, menerapkan metode total sampling. Penarikan sampel melalui distribusi kuesioner menggunakan tautan formulir Google selama bulan September-Oktober 2023. Analisis korelasi menggunakan uji Rank Spearman.

Hasil: Penelitian ini melibatkan 276 mahasiswa sebagai peserta. Penelitian. Terdapat korelasi antara loneliness dengan durasi penggunaan media sosial pada mahasiswa angkatan 2021 di Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi. Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut memiliki tingkat kekuatan yang cukup, nilai koefisien sebesar 0,354 dan arah korelasi yang positif ($p < 0,001$).

Kesimpulan: Tingkat loneliness (kesepian) memiliki hubungan positif dengan durasi penggunaan media sosial pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi angkatan 2021.

Kata Kunci: loneliness, durasi penggunaan media sosial, mahasiswa kedokteran

Rekomendasi Kutipan:

Rarung C, Pali, Opod H. Hubungan antara loneliness dengan durasi penggunaan media sosial pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi angkatan 2021. *J Kedokt Kom Tropik*. 2024;12(1):517-522.

* Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi ✉ citrararung1@gmail.com

† Bagian Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi

Pendahuluan

Masa remaja termasuk dalam periode pertumbuhan dan perubahan yang dinamis. Seperti yang dijelaskan dalam laporan *National Academy of Sciences, Engineering, and Medicine The Promise of Adolescence*,¹ masa remaja adalah "periode kesempatan untuk menemukan pemandangan baru, membentuk hubungan bersama teman sebaya dan orang dewasa serta untuk mengembangkan diri. Ini juga merupakan periode ketahanan yang dapat memperbaiki kemunduran masa kanak-kanak". Menurut Santrock² masa remaja dimulai pada umur 10-12 tahun dan berakhir pada 18-22 tahun. Di Indonesia, usia remaja digolongkan menjadi dua menurut Mappiare,³ yaitu remaja awal berkisar antara 12-18 tahun kemudian 18-22 tahun merupakan kategori remaja akhir.

Menurut Saufika dkk⁴ mahasiswa adalah kumpulan individu dan termasuk pada periode remaja. Mahasiswa kedokteran tergolong mahasiswa yang sibuk serta hanya memiliki waktu yang sedikit untuk beristirahat dan membangun hubungan pertemanan, hal ini membuat mahasiswa kedokteran berpotensi mengalami kesepian. Intensitas belajar dan kesibukan dalam fakultas kedokteran membuat mahasiswa sulit untuk terlibat dalam kehidupan sosial. Menurut Lubis dkk⁵ dengan adanya kurikulum terbaru yakni Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) yang terdiri atas beberapa kegiatan pembelajaran, seperti *small group discussion* (SGD), *lab skills*, kuliah pakar, praktikum dan muatan lokal menuntut mahasiswa untuk lebih aktif, sehingga seiring dengan bertambahnya beban dalam proses pembelajaran membuat individu lebih sibuk untuk mengasah ilmu pengetahuannya dibandingkan dengan membangun hubungan sosial.

Loneliness (kesepian) menekankan fakta bahwa spesies sosial tidak hanya membutuhkan kehadiran orang lain tetapi juga kehadiran orang *penting* yang dapat mereka percayai, yang memberi mereka tujuan hidup serta dengan siapa mereka dapat merencanakan, berinteraksi, bekerja sama untuk bertahan hidup dan sejahtera. Selain itu, kehadiran fisik orang lain yang signifikan dalam lingkungan sosial seseorang bukanlah syarat yang cukup. Seseorang perlu merasa terhubung dengan orang yang penting dalam hidupnya agar tidak merasa kesepian.⁶

Hasil penelitian tentang peningkatan suasana hati

mengklaim bahwa orang-orang dengan keadaan emosi negatif cenderung mencari hiburan di dunia maya melalui media sosial.⁷ Media sosial mengacu pada jaringan berbasis web yang memberikan kesempatan bagi penggunanya untuk berinteraksi satu dengan yang lain secara visual dan verbal melalui profil publik atau semi publik pada sistem yang terbatas. Selama rentang waktu 6 tahun, jumlah remaja dengan penggunaan *smartphone* tumbuh dari 4 dari 10 remaja menjadi 9 dari 10 remaja. Dalam rentang waktu yang sama, persentase remaja yang menggunakan media sosial meningkat dua kali lipat dari 34% menjadi 70%.⁸

Berdasarkan data serta teori yang telah dikemukakan, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *loneliness* dengan durasi penggunaan media sosial pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi angkatan 2021.

Metode

Metode penelitian yang dipilih adalah observasional analitis. Rancangan penelitian ini mengadopsi desain cross-sectional guna mengidentifikasi korelasi antara tingkat kesepian dan lamanya penggunaan media sosial pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi angkatan 2021.

Populasi yang dipakai dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi angkatan 2021. Jumlah mahasiswa secara keseluruhan 283 orang yang terdiri atas, 186 orang Program Studi Pendidikan Dokter, 23 orang Program Studi Pendidikan Dokter Gigi dan 74 orang Program Studi Ilmu Keperawatan.

Metode pengambilan sampel yang diterapkan adalah pengambilan sampel total, di mana sampel dipilih sesuai dengan kriteria inklusi yang mencakup mahasiswa yang terdaftar dalam Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi pada tahun masuk 2021 yang aktif dalam perkuliahan sampai penelitian dilaksanakan, subjek penelitian menggunakan media sosial. Kriteria eksklusi terdiri dari: subjek penelitian dalam keadaan sakit berat sehingga tidak mampu mengisi kuesioner, subjek penelitian tidak bersedia menjadi responden. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *loneliness* (variabel independen) dan durasi penggunaan media sosial (variabel dependen).

Data dikumpulkan melalui tautan formulir Google, yang sebelumnya disertai dengan persetujuan yang telah diinformasikan, dan dilanjutkan dengan pengisian kuesioner menggunakan *The University of California Los Angeles (UCLA) Loneliness Scale (ULS)* versi 3. Skala ini awalnya dikembangkan oleh Russell (1996) dan disesuaikan, bersama dengan informasi mengenai durasi penggunaan media sosial selama 24 jam.

Dalam penelitian ini, data akan diolah dan dianalisis menggunakan program SPSS (*Statistical Product and Service Solutions*). Karena pendekatan penelitian bersifat kuantitatif, penggunaan perangkat lunak SPSS diharapkan dapat memudahkan penarikan kesimpulan dari hasil penelitian. Analisis univariat akan digunakan untuk mengevaluasi karakteristik masing-masing variabel yang diteliti, dengan melibatkan ukuran pemusatan data seperti mean, median, dan modus. Kedua variabel penelitian memiliki skala ordinal, sehingga analisis bivariat dalam penelitian ini akan melibatkan uji *Rank Spearman*.

Hasil

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada populasi mahasiswa FK UNSRAT angkatan 2021 yang berjumlah 284 orang didapatkan subjek yang memenuhi kriteria eksklusi yakni 8 orang karena tidak bersedia menjadi responden. Delapan orang tersebut disimpulkan tidak bersedia menjadi responden karena tidak bisa dihubungi. Kemudian, kriteria inklusi sebagai sampel penelitian berjumlah 276 mahasiswa yang terdiri atas 186 mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter, 23 mahasiswa Program Studi Kedokteran Gigi dan 67 mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan (Tabel 1).

Berdasarkan tabel 2 jumlah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi angkatan 2021 yang menjadi responden dalam penelitian ini 72,8% dengan jumlah 201 mahasiswa perempuan dan 27,2% yakni sebanyak 75 mahasiswa laki-laki. Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar sampel penelitian ini adalah mahasiswa perempuan.

Pada tabel 3 menunjukkan bahwa kelompok usia 20 tahun merupakan jumlah sampel penelitian terbanyak yakni 133 mahasiswa (48,2%) selanjutnya diikuti oleh umur 19 tahun dengan jumlah 95 mahasiswa (34,4%), 21 tahun dengan jumlah 38 mahasiswa (13,8%), 18 tahun terdiri atas 5 mahasiswa (1,8%) dan 22 tahun juga berjumlah 5 mahasiswa (1,8%).

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan program studi

Program Studi	Frekuensi	%	Kategori Tingkat Loneliness
Pendidikan Dokter	186	67,4	Rendah: 78 Sedang: 108 Tinggi: 0
Pendidikan Dokter Gigi	23	8,3	Rendah: 11 Sedang: 12 Tinggi: 0
Ilmu Keperawatan	67	24,3	Rendah: 25 Sedang: 42 Tinggi: 0
Total	276	100	276

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	%	Kategori Tingkat Loneliness
Laki-laki	75	27,2	Rendah: 30 Sedang: 45 Tinggi: 0
Perempuan	201	72,8	Rendah: 84 Sedang: 117 Tinggi: 0
Total	276	100	276

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan umur

Umur (tahun)	Frekuensi	%	Kategori Tingkat Loneliness
18	5	1,8	Rendah: 2 Sedang: 3 Tinggi: 0
19	95	34,4	Rendah: 41 Sedang: 54 Tinggi: 0
20	133	48,2	Rendah: 54 Sedang: 79 Tinggi: 0
21	38	13,8	Rendah: 16 Sedang: 22 Tinggi: 0
22	5	1,8	Rendah: 1 Sedang: 4 Tinggi: 0
Total	276	100	276

Tabel 4. Distribusi tingkat *loneliness* berdasarkan dimensi

Umur (tahun)	Frekuensi	%	Kategori Tingkat <i>Loneliness</i>
18	5	1,8	Rendah: 2 Sedang: 3 Tinggi: 0
19	95	34,4	Rendah: 41 Sedang: 54 Tinggi: 0
20	133	48,2	Rendah: 54 Sedang: 79 Tinggi: 0
21	38	13,8	Rendah: 16 Sedang: 22 Tinggi: 0
22	5	1,8	Rendah: 1 Sedang: 4 Tinggi: 0
Total	276	100	276

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat aspek atau dimensi *social desirability* yang paling memengaruhi perasaan kesepian pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi angkatan 2021. Setelah itu, diikuti oleh aspek *depression* dengan jumlah 71 mahasiswa, *social desirability & depression* 56 mahasiswa dan *trait* 1 mahasiswa.

Tingkat Loneliness

Hasil analisis univariat dari tingkat *loneliness* mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi angkatan 2021, nilai rata-rata 50,1 yakni termasuk dalam kategori *loneliness* tingkat sedang, nilai tengah 50, nilai yang sering muncul 49, simpangan baku 2,74. Skor *loneliness* terendah 41 (tingkat rendah) dan skor *loneliness* tertinggi 59

Tabel 5. Distribusi tingkat *loneliness*

Statistics	Tingkat <i>Loneliness</i>
<i>N</i>	174
<i>Mean</i>	50.11
<i>Median</i>	50.0
<i>Mode</i>	49.0
<i>Std. Deviation</i>	2.75
<i>Minimum</i>	41.0
<i>Maximum</i>	58.0

pada tingkat sedang (Tabel 5).

Penggunaan Media Sosial

Pada Tabel 6 hasil analisis univariat dari durasi penggunaan media sosial mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi angkatan 2021. Nilai rata-rata 1,75, nilai tengah 2 (3-4 jam), nilai yang sering muncul 2 (3-4 jam), simpangan baku 0,52. Durasi penggunaan media sosial terendah 1 (1-2 jam) dan durasi penggunaan media sosial tertinggi 3 (5-6 jam).

Hasil Uji Hipotesis

Berdasarkan analisis bivariat yang telah dilakukan dengan menggunakan uji *Rank Spearman*, diperoleh hubungan antara *loneliness* dengan durasi penggunaan media sosial pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi angkatan 2021. Hasil uji korelasi *Rank Spearman* terhadap kedua variabel menunjukkan tingkat kekuatan hubungan cukup dengan nilai koefisien 0,354 dan arah korelasinya positif, serta hubungannya signifikan dibuktikan dengan nilai sig. (2-tailed) adalah <0,001 (Tabel 7).

Diskusi

Sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan dan diolah menggunakan uji *Rank Spearman*, diperoleh hubungan antara *loneliness* dengan durasi penggunaan media sosial pada mahasiswa FK UNSRAT angkatan 2021. Hasil uji korelasi *Rank Spearman* terhadap kedua variabel menunjukkan tingkat kekuatan hubungan cukup dan signifikan.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Candra⁹ Pada dua grup mahasiswa yang berbeda, yaitu mahasiswa dari Universitas Muhammadiyah Malang (UMM) dan Universitas Lambung Mangkurat (ULM) dengan jumlah keseluruhan 215 mahasiswa, terdapat korelasi antara tingkat kesepian dan penggunaan media sosial dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,471.

Menurut Anuari¹⁰ ditemukan hubungan yang positif antara rasa kesepian dengan penggunaan media sosial di kalangan remaja. Hubungan positif yang dimaksud adalah semakin seseorang merasakan kesepian maka tingkat penggunaan media sosialnya pun semakin tinggi. Hal tersebut dipengaruhi oleh perasaan tidak diterima dalam lingkungan atau ekspektasi yang berbeda dalam suatu hubungan. Kesepian yang dirasakan oleh setiap individu mendorongnya untuk berinteraksi secara online karena menganggap bahwa ia bisa menemukan teman lain dan punya kebebasan

untuk mengekspresikan perasaan di dunia maya dibandingkan secara langsung.

Penelitian serupa yang dilakukan oleh Elvira¹¹ yakni ia mendapatkan korelasi yang positif antara kesepian dan penggunaan media sosial di kalangan mahasiswa Universitas Islam Riau 2019. Penelitian tersebut dilakukan pada 300 responden dengan hasil koefisien korelasi 0,389 yang berarti adanya hubungan yang cukup dan searah.

Kesimpulan

Melalui penelitian yang telah dilakukan, terdapat bukti yang menunjukkan adanya korelasi antara tingkat kesepian dan durasi penggunaan media sosial pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi (FK UNSRAT) angkatan 2021.

Daftar Pustaka

1. National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine; Health and Medicine Division; Division of Behavioral and Social Sciences and Education; Board on Children, Youth, and Families; Committee on Applying Lessons of Optimal Adolescent Health to Improve Behavioral Outcomes for Youth, Kahn NF, Graham R, eds. Promoting positive adolescent health behaviors and outcomes: thriving in the 21st century. Washington (DC): National Academies Press (US); 2019. doi: 10.17226/25552
2. Nurhayati T. Perkembangan perilaku psikososial pada masa pubertas. *Eduksos Jurnal Pendidikan Sosial & Ekonomi*. 2016;4(1):1–15. Tersedia di URL: <https://www.syekhnrjati.ac.id/jurnal/index.php/edueksos/article/view/649>
3. Prambayu I. Pengaruh gaya pengasuhan, keterampilan sosial, dan kesepian terhadap kecenderungan adiksi

Tabel 6. Distribusi sampel durasi penggunaan media sosial

Statistics	Durasi Penggunaan Media Sosial
<i>N</i>	276
<i>Mean</i>	1.76
<i>Median</i>	2.0
<i>Mode</i>	2
<i>Std. Deviation</i>	0.52
<i>Minimum</i>	1
<i>Maximum</i>	3

internet pada remaja [Skripsi]. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah 2018. Tersedia di URL: <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/45996>

4. Yuliavita S, Chris A. Hubungan kesepian terhadap terjadinya internet addiction pada mahasiswa kedokteran angkatan 2018 Universitas Tarumanagara Jakarta Barat. *Ebers Papyrus*. 2022;28(1):67–73. <https://doi.org/10.24912/ep.v28i1.19422>
5. Maulina B, Sari DR. Derajat stres mahasiswa baru fakultas kedokteran ditinjau dari tingkat penyesuaian diri terhadap tuntutan akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*. 2018;4:1–5. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i1.4753>
6. Cacioppo S, Grippo AJ, London S, Goossens L, Cacioppo JT. Loneliness: clinical import and interventions. *Perspect Psychol Sci*. 2015;10(2):238-49. doi: 10.1177/1745691615570616.
7. Karakose T, Yıldırım B, Tülübaş T, Kardas A. A comprehensive review on emerging trends in the dynamic evolution of digital addiction and depression.

Tabel 7. Uji hipotesis

Correlation		<i>lonelines</i>	durasi penggunaan media sosial
Spearman's rho	<i>loneliness</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	1,0
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,354**
		<i>N</i>	<0,001
durasi penggunaan media sosial		<i>Correlation Coefficient</i>	276
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,354**
		<i>N</i>	<0,001
			276

** Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed).

Keterangan: N: jumlah sampel; Sig: signifikansi

Front Psychol. 2023;14:1126815. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1126815.

8. Rutter LA, Thompson HM, Howard J, Riley TN, De Jesús-Romero R, Lorenzo-Luaces L. Social media use, physical activity, and internalizing symptoms in adolescence: cross-sectional analysis. *JMIR Ment Health*. 2021;8(9):e26134. doi:10.2196/26134
9. Candra DA. Kesepian dan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa [Tesis]. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang. 2017.
10. Destiyani AK, Coralia F. Hubungan antara kesepian dengan adiksi media sosial pada remaja di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*. 2020;6(2):488-92. Tersedia di URL: <https://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/23100>
11. Ningsih E. Hubungan loneliness dan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa di Universitas Islam Riau. *J Psikol*. 2021;1-42.