



Hubungan Adiksi Media Sosial Dengan Kecemasan dan Interaksi Sosial Pada Siswa di SDN 262 Panyileukan Kota Bandung

The Relationship Between Social Media Addiction, Anxiety, and Social Interaction Among Students at SDN 262 Panyileukan, Bandung

Sri Rahayu¹

¹Fakultas Keperawatan, Universitas Bhakti Kencana

*Email Korespondensi: 201fk03073@bku.ac.id

(Submit: 16-3-2026, Revisi: 5-4-2026, Diterima: 6-4-2026, Terbit: 30-4-2026)

ABSTRAK

Penggunaan media sosial sudah marak di kalangan pelajar, khususnya siswa sekolah dasar. Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menyebabkan adiksi, yang berdampak negatif pada siswa termasuk kecemasan dan interaksi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara adiksi media sosial dengan kecemasan dan interaksi sosial pada siswa di SDN 262 Panyileukan Kota Bandung. Jenis penelitian yaitu kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelatif dan teknik *cross-sectional*. Populasi sebanyak 216 siswa kelas 5 dan 6, dengan sampel 140 siswa dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Internet Addiction Media Test*, *Screen for Child Anxiety Related Disorders (SCARED)*, dan interaksi sosial yang telah valid dan reliabel. Analisis data dilakukan menggunakan persentase dan teknik korelasi *Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adiksi media sosial berada dalam kategori adiksi sebesar (88,6%), kecemasan dalam kategori kecemasan (100%), dan interaksi sosial dalam kategori sedang (86,6%). Terdapat hubungan antara adiksi media sosial dengan kecemasan (*p value* 0,001), tidak terdapat hubungan antara adiksi media sosial dengan interaksi sosial (*p value* 0,062). Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan menangani adiksi media sosial dengan menetapkan jam pelajaran bebas gadget, kolaborasi dengan layanan bimbingan konseling dalam mengelola kecemasan dan adiksi media sosial, dan penyediaan kegiatan ekstrakurikuler diperlukan untuk meningkatkan kerja sama dan komunikasi antar siswa.

Kata kunci: adiksi media sosial, interaksi sosial, kecemasan, sekolah dasar

ABSTRACT

*The use of social media is widespread among students, especially elementary school students. Excessive use of social media can lead to addiction, which has a negative impact on students including anxiety and social interaction. This study aims to determine the relationship between social media addiction with anxiety and social interaction in students at SDN 262 Panyileukan, Bandung City. The type of research is quantitative with a descriptive correlative approach and cross-sectional technique. The population was 216 students in grades 5 and 6, with a sample of 140 students selected using purposive sampling technique. Data were collected using the Internet Addiction Media Test questionnaire, Screen for Child Anxiety Related Disorders (SCARED), and social interaction which have been valid and reliable. Data were analyzed using percentages and the Spearman Rank correlation technique. The results showed that social media addiction was in the addiction category (88.6%), anxiety in the anxiety category (100%), and social interaction in the moderate category (86.6%). There is a relationship between social media addiction and anxiety (*p value* 0.001), there is no relationship between social media addiction and social interaction (*p value* 0.062). Based on the results of this study,*

it is recommended to handle social media addiction by setting gadget-free class hours, collaboration with counseling guidance services in managing anxiety and social media addiction, and the provision of extracurricular activities is needed to improve cooperation and communication between students.

Keywords: *anxiety, elementary school, social media addiction, social interaction*

PENDAHULUAN

Globalisasi yang pesat mengubah pola perkembangan individu. Tren globalisasi tentunya membawa dampak bagi individu pada periode anak. Anak merupakan individu yang mudah belajar dari lingkungannya, sehingga mudah terpengaruh oleh arus globalisasi. Proses globalisasi mempunyai dampak baik dan buruk. Oleh karena itu peran orang tua, sekolah dan lingkungan sangat penting dalam menjadikan anak mengikuti kecenderungan yang baik. Setiap fase atau tahap perkembangan memiliki perkembangannya masing-masing.

Perkembangan anak dapat dilihat dari beberapa aspek utama kepribadian anak, yaitu: 1) fisik- motorik, 2) kognitif, 3) sosial-emosional, 4) bahasa, dan 5) moral-keagamaan (Khaulani, 2020). Kegagalan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan pada tahap tertentu akan membawa konsekuensi negatif pada tahap kehidupan selanjutnya. Sebaliknya, keberhasilan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan pada tahap tertentu akan mempermudah pelaksanaan tugas-tugas perkembangan pada tahap berikutnya (Zulaifi & Zainuddin, 2023). Pendidikan adalah upaya untuk melatih dan mengembangkan kemampuan berpikir peserta didik melalui kegiatan pembelajaran (Alfurqan *et al.*, 2020).

Sekolah dasar merupakan lembaga pendidikan yang memberikan pendidikan selama enam tahun kepada anak-anak usia 6-12 tahun (Kurniawan, 2015). Kemajuan teknologi sangat mempengaruhi berbagai bidang kehidupan manusia, seperti bidang ekonomi, sosial budaya, dan khususnya di bidang pendidikan (Andri & SP, 2017) (dalam Bujuri, 2023). Kehadiran teknologi seperti komputer atau laptop dan jaringan internet di sekolah dasar kini semakin meluas (Aka, 2014), begitu pula dengan kehadiran *smartphone* dalam penggunaan sehari-hari (Nielsen, 2017) (dalam Ahsani *et al.*, 2022).

Media sosial adalah platform yang digunakan untuk berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain secara online (Mashuri & Fanani, 2021). Saat ini, penggunaan aplikasi media sosial sangat populer di kalangan pelajar, terutama siswa sekolah dasar yang mulai mengikuti tren seperti Facebook, Twitter, Instagram, TikTok, dan aplikasi media sosial lainnya (Bujuri *et al.*, 2023). Namun, penggunaan media sosial yang berlebihan dapat menyebabkan adiksi terhadap teknologi itu sendiri (Putri *et al.*, 2016) (dalam Faliyandra, 2021).

Adiksi media sosial adalah ketidakmampuan seseorang untuk mengendalikan penggunaan media sosial, sehingga menyebabkan masalah yang dapat mengganggu fungsi otaknya (Young & Abreu, 2017). Prevalensi menunjukkan bahwa 95% remaja usia 13-17 tahun menggunakan media sosial, hampir 40% anak usia 8-12 tahun di Amerika Serikat menggunakan media sosial (Agatha, 2023). Di Indonesia, persentase penduduk usia 5 tahun ke atas yang mengakses internet dalam 3 bulan terakhir mencapai 74,02% untuk pengguna media sosial. Persentase penduduk usia 5 tahun ke atas di provinsi Jawa Barat yang mengakses internet dalam 3 bulan terakhir dengan tujuan menggunakan media sosial adalah sebesar 72,90% (BPS, 2022). Di Kota Bandung, persentase penduduk berusia 5 tahun ke atas yang mengakses internet dalam 3 bulan terakhir untuk menggunakan media sosial adalah 90,63% untuk laki-laki dan 90,79% untuk perempuan (BPS, 2020).

Dampak positif media sosial pada siswa sekolah dasar menggunakan media sosial sebagai sarana aktualisasi, visualisasi diri, meliputi kemudahan dalam menjalin komunikasi antara siswa dan guru, serta sebagai sarana pembelajaran dan pencarian referensi (Fajar & Machmud, 2020). Dampak negatif penggunaan media sosial pada anak-anak dan remaja berisiko menimbulkan masalah tidur, ketergantungan, citra tubuh yang buruk, depresi, masalah makan, dan kecemasan (Bozzola *et al.*, 2022).



Kecemasan adalah respon emosional yang kompleks terhadap situasi yang dirasakan sebagai ancaman atau berbahaya (Wong *et al.*, 2009) (dalam Syaiful *et al.*, 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Gao (2020) di Wuhan, Cina, menunjukkan bahwa penggunaan media sosial berdampak pada kesehatan mental, dengan prevalensi depresi sebesar 48%, kecemasan 23%, serta kombinasi depresi dan kecemasan sebesar 18% (Poon & Sudano, 2020). Di Islandia, penelitian menunjukkan bahwa 85% dari 5.313 remaja perempuan dan 69% dari 5.250 remaja laki-laki mengalami kecemasan akibat penggunaan media sosial secara aktif sekali atau lebih dalam sehari (Thorisdottir *et al.*, 2019). Di Indonesia, ditemukan bahwa 60,5% dari 360 remaja SMA mengalami kecemasan akibat penggunaan media sosial (Pramudani *et al.*, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Fitaloka *et al.* (2022) menunjukkan distribusi durasi penggunaan media sosial dengan tingkat kecemasan, di mana responden dengan kecemasan normal sebesar 27,4%, mayoritas responden mengalami kecemasan ringan dan sedang dengan persentase masing-masing 16,4% dan 9,6%, serta responden dengan kecemasan berat dengan durasi tinggi sebesar 4,1%.

Media sosial dapat menyebabkan gangguan psikologis pada peserta didik, seperti ketidakpercayaan diri, emosional yang tidak stabil, kecemasan berlebihan, interaksi sosial yang buruk, dan bahkan stres (Feliyandra *et al.*, 2017). Interaksi sosial merujuk pada hubungan antarindividu dimana mereka saling berpengaruh satu sama lain. Dalam interaksi sosial, individu memungkinkan menyesuaikan diri dengan orang lain, dan demikian pula sebaliknya (Sudirjo & Alif, 2021). Menurut Rifki *et al.*, (2022), dampak negatif dari penggunaan media sosial pada anak dan remaja meliputi kecenderungan menjadi malas belajar, lebih memperhatikan diri sendiri, menyebabkan interaksi sosial menjadi tidak langsung, dan menurunkan tingkat kepekaan sosial. Dampak negatif kurangnya interaksi sosial kadang-kadang membuat siswa sekolah dasar kurang terlibat dalam aktivitas sosial yang melibatkan kolaborasi dan kerjasama. Mereka mungkin lebih fokus pada pembelajaran individual, sehingga kehilangan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan sosial yang penting.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa aktif kelas 5 dan 6 SDN 262 Panyileukan Kota Bandung dengan jumlah 216 orang. Dalam penelitian ini, digunakan teknik pengambilan sampel *non probability* sampling dengan *purposive sampling* didapatkan sampel sebanyak 140 orang dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang sudah teruji validitas dan reliabilitas. Instrumen yang digunakan keusioner adiksi media sosial yang dimodifikasi dari *internet addiction media test* milik Young (1998) dan Kuss & Griffiths (2011) yang diadaptasi dari penelitian Aisyah Nur Izzati (2017), keusioner kecemasan *Screen for Child Anxiety Related Disorders (SCARED)*, kuesioner interaksi sosial yang diadaptasi dari penelitian Helvi Widiyana Putri (2023). Analisis yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua macam, pertama analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi, kedua analisis bivariat menggunakan korelasi *rank spearman*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi frekuensi adiksi media sosial pada siswa di SDN 262 Panyileukan Kota Bandung

Adiksi Media Sosial	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	16	11,4
Adiksi	124	88,6
Jumlah	140	100

Berdasarkan data pada tabel 1. didapatkan hasil responden mengalami adiksi sebanyak 124 dengan persentase (88,6%).



Tabel 2. Distribusi frekuensi kecemasan pada siswa di SDN 262 Panyileukan Kota Bandung

Kecemasan	Frekuensi	Persentase (%)
Kecemasan	140	100
Jumlah	140	100

Berdasarkan data pada tabel 2. didapatkan hasil responden mengalami kecemasan sebanyak 140 dengan persentase (100%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi interaksi sosial pada siswa di SDN 262 Panyileukan Kota Bandung

Interaksi Sosial	Frekuensi	Persentase (%)
Sedang	124	88,6
Tinggi	16	11,4
Jumlah	140	100

Berdasarkan data pada tabel 3. didapatkan hasil responden mengalami interaksi sosial sedang sebanyak 124 dengan persentase (86,6%).

Tabel 4. Hubungan adiksi media sosial dengan kecemasan pada siswa di SDN 262 Panyileukan Kota Bandung

Adiksi Media Sosial	Kecemasan Cemas		Total		P-Value	r
	F	%	F	%		
Normal	16	18,5	16	18,5	0,001	0,281
Adiksi	124	70,3	124	70,3		
Total	140	100	140	100		

Berdasarkan data pada tabel 4. menunjukkan bahwa jumlah responden terbanyak yang tergolong pada cemas terdapat pada kategori adiksi media sosial sebanyak 124 responden dengan persentase (70,3%) sedangkan untuk kategori normal sebanyak 16 responden dengan persentase (18,5%). Berdasarkan uji statistic *Rank Spearman* didapatkan hasil p-value = 0,001 artinya $\text{sig} < 0,05$, dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara adiksi media sosial dengan kecemasan pada siswa di SDN 262 Panyileukan Kota Bandung.

Tabel 5. Hubungan adiksi media sosial dengan interaksi sosial padasiswa di SDN 262 Panyileukan Kota Bandung

Adiksi Media Sosial	Interaksi Sosial						P-Value	r
	Sedang		Tinggi		Total			
Sosial	F	%	F	%	F	%		
Normal	12	9,7	4	25	16	11,4	0,062	0,158
Adiksi	112	90,3	12	75	124	88,6		
Total	124	100	16	100	140	100		

Berdasarkan data pada tabel 4.5 menunjukkan bahwa jumlah responden terbanyak yang tergolong pada adiksi media sosial dengan interaksi sosial sedang sebanyak 112 responden dengan persentase (90,3%) dan adiksi media sosial dengan interaksi sosial tinggi sebanyak 12 responden dengan persentase (75%) . Berdasarkan uji statistic *Rank Spearman* didapatkan hasil p-value = 0,062 artinya $\text{sig} > 0,05$, dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara adiksi media sosial dengan interaksi sosial pada siswa di SDN 262 Panyileukan Kota Bandung.

Berdasarkan hasil pada tabel 1. menunjukkan bahwa sebanyak 124 responden mengalami adiksi media sosial, sedangkan hanya 16 responden yang tidak mengalami adiksi (normal). Siswa yang mengalami adiksi media sosial cenderung menggunakan media sosial lebih dari 6 jam per hari, sementara siswa yang tidak mengalami adiksi menggunakan media sosial kurang dari 6 jam per hari. Perbedaan dalam durasi penggunaan media sosial ini menunjukkan bahwa



penggunaan yang lebih berlebihan berkorelasi dengan adiksi. Siswa yang mengalami adiksi media sosial sering kali kesulitan mengendalikan dorongan untuk terus-menerus memeriksa akun media sosial mereka, yang mengakibatkan penggunaan yang tidak teratur dan berlebihan. Sebaliknya, siswa dengan penggunaan media sosial yang normal cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik dan menerapkan strategi yang efektif untuk mengelola waktu mereka, sehingga dapat membatasi durasi penggunaan media sosial/

Faktor-faktor yang mempengaruhi adiksi media sosial meliputi intensitas penggunaan media sosial, di mana 98 responden menggunakan media sosial lebih dari 6 jam per hari, yang dapat meningkatkan risiko adiksi. Perbedaan durasi penggunaan media sosial, seperti 1-3 jam, 4-6 jam, dan lebih dari 6 jam, juga dapat mempengaruhi tingkat adiksi. Selain itu, platform media sosial yang paling banyak digunakan adalah TikTok, dengan 125 pengguna di antara responden, yang berpotensi meningkatkan kemungkinan terjadinya adiksi. Responden yang mengalami adiksi media sosial umumnya menunjukkan kesadaran yang rendah terhadap penggunaan media sosial mereka. Kurangnya kontrol terhadap penggunaan media sosial ini dapat memperburuk adiksi. Kebiasaan tidak seimbang dalam menggunakan media sosial dan lingkungan yang tidak mendukung, seperti teman yang juga aktif di media sosial, dapat mempengaruhi perilaku siswa secara negatif.

Responden yang tidak mengalami adiksi media sosial cenderung memiliki kesadaran yang lebih baik mengenai penggunaan media sosial mereka. Mereka menunjukkan kontrol yang lebih baik terhadap penggunaan media sosial, yang berdampak positif pada perilaku siswa. Kebiasaan seimbang dalam menggunakan media sosial dan lingkungan yang mendukung, seperti teman yang tidak terlalu aktif di media sosial, dapat mempengaruhi perilaku siswa secara positif.

Sejalan dengan penelitian Andara *et al.*, (2022) pada siswa sekolah dasar, penggunaan media sosial didominasi kelas atas karena lebih paham dan aktif dalam penggunaannya dengan intensitas waktu yang beragam. Para siswa menggunakan media sosial didasari oleh beberapa tujuan, yaitu sebagai wadah pengekspresian diri atau aktualisasi diri, membentuk komunitas, ikut tren, bahkan beberapa siswa menjadikan media sosial sebagai jalan untuk jual beli kecil-kecilan dalam ruang lingkup sekolah. Penggunaan media sosial Tik-Tok pada siswa SD kelas VI digunakan untuk mencari hiburan dan menggunggah hasil kreativitas. Konten yang disukai siswa pun beragam diantaranya konten tentang edit video, K-POP, menari, memasak, meme, berita viral, islam, anime dan kucing. Dampak bermain Tik-Tok terhadap sopan santun anak yaitu anak menjadi lebih acuh terhadap sekitar jika sudah asyik membuka aplikasi Tik- Tok. Selain itu jika anak sudah membuka Tik-Tok, siswa akan menghabiskan waktu ber jam- jam untuk mengakses konten di aplikasi ini (Agustyn & Suprayitno, 2022).

Berdasarkan hasil pada tabel 2. menunjukkan bahwa sebanyak 140 responden dengan persentase kecemasan 100% adalah angka yang sangat tinggi dan mengindikasikan bahwa semua individu dalam sampel mengalami kecemasan. Penelitian ini mengimplikasikan bahwa kecemasan pada siswa sekolah dasar dipengaruhi oleh berbagai faktor dalam kehidupan mereka. Tuntutan akademik seperti ujian dan ekspektasi dari guru serta orang tua sering menjadi sumber stres yang signifikan. Interaksi sosial dengan teman sebaya, termasuk kecemasan terkait penerimaan sosial dan tekanan untuk mengikuti tren, juga berperan penting. Selain itu, kondisi di rumah, terutama lingkungan keluarga yang tidak stabil atau kurangnya dukungan emosional, dapat memperburuk kecemasan. Anak-anak cenderung meniru perilaku cemas yang mereka lihat dari orang tua atau anggota keluarga lainnya. Adiksi pada media sosial juga dapat meningkatkan kecemasan, baik melalui ketakutan akan ketinggalan informasi, perundungan daring, maupun perbandingan diri dengan orang lain. Semua faktor ini secara keseluruhan dapat mempengaruhi kecemasan siswa sekolah dasar.

Sejalan dengan penelitian terdahulu, penelitian Nurina (2017) menunjukkan bahwa dari 2353 ada 1382 remaja adiksi media sosial karena mereka mengalami kecemasan. Tingginya pengaruh kecemasan pada remaja di kedua penelitian tersebut berakibat pada prestasi akademik dan motivasi untuk belajar yang menurun. Kecemasan pada remaja terhadap penggunaan media sosial telah menjadi topik yang banyak diteliti dan dibahas oleh para ahli

dalam beberapa tahun terakhir. Media sosial dapat memberikan dampak positif seperti kemudahan berkomunikasi dan akses informasi, namun juga dapat memicu berbagai masalah psikologis termasuk kecemasan (Sawhney, 2021). Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap kecemasan remaja terkait media sosial antara lain seperti perbandingan sosial, tekanan untuk selalu terhubung, paparan konten negatif, *cyberbullying* (Simanjuntak *et al.*, 2024).

Penelitian Simanjuntak *et al.*, (2024) menunjukkan bahwa paparan berlebihan terhadap media sosial dapat meningkatkan risiko kecemasan dan memengaruhi kesehatan mental secara keseluruhan. Faktor-faktor seperti perbandingan sosial, *cyberbullying*, dan adiksi media sosial dapat berkontribusi pada peningkatan kecemasan. Penting untuk membatasi waktu yang dihabiskan di media sosial dan mempromosikan keseimbangan antara kegiatan online dan offline untuk mendukung kesejahteraan emosional remaja.

Berdasarkan tabel 3. menunjukkan bahwa persentase 88,6% responden berada pada tingkat interaksi sosial sedang menunjukkan bahwa siswa memiliki kemampuan untuk berinteraksi dengan teman-temannya. Tingkat interaksi sosial sedang disebabkan oleh faktor-faktor seperti kecanggungan sosial. Siswa merasa canggung atau kurang yakin dalam menanggapi interaksi sosial dengan cara yang sangat positif, seperti membalas sapaan dengan senyuman. Hasil persentase 11,4% responden yang menunjukkan tingkat interaksi sosial tinggi menandakan bahwa ada sejumlah siswa yang sudah memiliki keterampilan sosial yang baik dan mampu berinteraksi dengan teman-temannya secara efektif dan positif. Faktor-faktor seperti lingkungan keluarga yang mendukung, pendidikan sosial yang baik, dan kepercayaan diri yang tinggi berkontribusi pada tingginya tingkat interaksi sosial.

Penelitian ini mengimplikasikan bahwa anak-anak masih dalam tahap perkembangan keterampilan sosial. Mereka sudah mulai berinteraksi dengan baik, meskipun belum mencapai tingkat yang tinggi. Lingkungan tempat tinggal atau sekolah juga berpengaruh; anak-anak yang tinggal atau bersekolah di daerah yang kurang mendukung interaksi sosial, seperti pedesaan atau lingkungan yang terisolasi, cenderung memiliki tingkat interaksi sosial yang lebih rendah. Selain itu, kepribadian individu memainkan peran penting, di mana anak-anak yang lebih ekstrovert cenderung lebih mudah bergaul, sedangkan anak-anak yang introvert mungkin lebih suka menyendiri.

Sejalan dengan penelitian terdahulu, penelitian ini mengetahui gambaran kemampuan interaksi sosial siswa usia 10-12 tahun di SDN Ungaran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan interaksi sosial siswa usia 10-12 tahun di Ungaran sebagian besar pada kategori sedang sejumlah 60,4%, tetapi masih terdapat kemampuan interaksi dalam kategori rendah sejumlah 6,6% (Wakhid *et al.*, 2019).

Berdasarkan tabel 4. menunjukkan bahwa adiksi media sosial sebanyak 124 responden dengan persentase (70,3%) menunjukkan bahwa responden yang memiliki adiksi terhadap media sosial mengalami kecemasan. Adiksi media sosial adalah faktor yang paling dominan dalam menimbulkan kecemasan pada responden. Keterkaitan ini dapat disebabkan oleh penggunaan media sosial yang berlebihan. Adiksi media sosial dapat memiliki dampak negatif pada kesehatan mental, termasuk meningkatkan kecemasan waktu yang dihabiskan di depan layar, terutama tanpa jeda, dapat menyebabkan kelelahan mental dan fisik mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Pengguna media sosial yang adiksi merasa kehilangan kontrol atas waktu dan aktivitas mereka, dan terus menerus terdorong untuk menggunakan media sosial meskipun menimbulkan dampak negative, hal ini dapat memicu terjadinya kecemasan.

Penelitian ini mengimplikasikan bahwa pengguna media sosial yang adiksi merasa cemas akan ketinggalan berita atau peristiwa penting jika tidak terus-menerus terhubung, yang mendorong mereka untuk terus menggunakan media sosial. Kecemasan ini diperparah oleh tekanan untuk memenuhi standar yang mereka lihat dari postingan orang lain, yang menyebabkan stres. Gambaran kehidupan sempurna yang ditampilkan orang lain di media sosial juga dapat memicu kecemburuan dan perasaan tidak memadai, meningkatkan kecemasan dan menurunkan harga diri pengguna yang adiksi.

Penelitian ini menemukan bahwa 16 responden (11,5%) dari kategori normal (tidak adiksi media sosial) juga mengalami kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan pada siswa



sekolah dasar tidak hanya disebabkan oleh adiksi media sosial, tetapi juga oleh berbagai faktor lainnya. Faktor lingkungan seperti masalah dalam pendidikan, peristiwa traumatis, masalah keluarga, atau masalah keuangan bisa menjadi sumber kecemasan bagi siswa. Faktor psikologis seperti riwayat kecemasan, stres, trauma, depresi, atau gangguan mental lainnya juga berperan penting. Beberapa siswa mungkin memiliki predisposisi genetik atau psikologis terhadap kecemasan. Gaya hidup yang tidak sehat seperti kurang tidur, kebiasaan makan yang buruk, kurangnya olahraga, dan penyalahgunaan zat dapat meningkatkan risiko kecemasan. Meskipun penelitian ini menemukan hubungan yang signifikan antara adiksi media sosial dan kecemasan, penting untuk diingat bahwa kecemasan adalah kondisi kompleks yang dapat disebabkan oleh berbagai faktor lain.

Nilai p-value 0,001 menunjukkan bahwa hasil ini sangat signifikan, dengan demikian ada bukti kuat bahwa adiksi media sosial berhubungan dengan kecemasan di kalangan siswa. Hasil penelitian sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu, seperti penelitian yang dilakukan oleh Triandini & Kurniasari (2021) hasil penelitian adanya hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dengan tingkat kecemasan ($p\text{-value} = 0,001$) pada mahasiswa S1 Keperawatan semester 2 UMKT. Penelitian Nurlina *et al.*, (2022) hasil p-value ($0,000$) < nilai α ($0,05$), artinya ada hubungan intensitas penggunaan media sosial pada tingkat kecemasan generasi z mahasiswa keperawatan di STIKes Medistra Indonesia Tahun 2022.

Berdasarkan tabel 5. menunjukan bahwa menunjukkan bahwa sebanyak 112 responden dengan persentase (90,3%) termasuk mengalami adiksi media sosial dengan tingkat interaksi sosial sedang. Meskipun siswa memiliki intensitas penggunaan media sosial yang tinggi, interaksi sosial mereka dalam kehidupan sehari-hari tidak menurun secara signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa adiksi media sosial tidak selalu menghambat kemampuan individu untuk menjaga hubungan sosial yang memadai di luar platform digital. Siswa yang mengalami adiksi media sosial sering menggunakan platform ini untuk berkomunikasi dengan teman-teman mereka secara teratur. Meskipun interaksi ini tidak selalu dilakukan secara langsung, penggunaan media sosial tetap memungkinkan mereka untuk tetap terhubung dengan orang lain. Dengan kata lain, mereka mampu menyeimbangkan waktu antara penggunaan media sosial dan interaksi sosial di dunia nyata. Penggunaan media sosial memungkinkan siswa untuk berkomunikasi melalui chat, berbagi konten, dan berpartisipasi dalam kegiatan sosial online. Interaksi sosial modern tidak selalu membutuhkan kehadiran fisik, karena banyak interaksi terjadi melalui media sosial seperti komentar, likes, dan berbagi konten. Siswa memilih interaksi online karena fleksibilitas dan ketersediaannya. Hal ini memungkinkan mereka untuk mempertahankan hubungan sosial meskipun dalam bentuk yang berbeda dari interaksi langsung.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (75%) dari 12 responden mengalami adiksi media sosial tetapi tetap memiliki interaksi sosial yang tinggi. Responden yang terdiri dari nomor 6, 25, 26, 74, 76, 77, 81, 82, 91, 94, 97, dan 132 memiliki nilai modus 4 pada 11 responden dan 3 pada satu responden (skala Likert 1-4), mengindikasikan bahwa responden sangat setuju dan setuju pada pertanyaan tersebut. Pertanyaan yang paling banyak dipilih oleh responden yaitu pada item 1 "komunikasi sosial memberikan dukungan kepada teman yang sedang mengalami masalah" termasuk pada indikator komunikasi sosial. Pertanyaan yang paling sedikit dipilih oleh responden yaitu item 7 "saya tidak bertanggung jawab atas tugas kelompok yang diberikan kepada saya" termasuk pada indikator kontak sosial. Mereka masih mengakses media sosial secara teratur namun terkendali, menunjukan interaksi sosial tetap terjaga. Media sosial menjadi sarana utama berkomunikasi dengan teman, keluarga, dan komunitas online, membantu mereka memperluas jaringan sosial. Adiksi media sosial tidak selalu menjadi isolasi sosial beberapa orang menggunakannya untuk menemukan kelompok baru atau bertemu orang yang sulit dijumpai di kehidupan nyata. Mereka berhasil menyeimbangkan interaksi online dan offline, tetap aktif di media sosial sambil menjaga hubungan sosial di dunia nyata.

Nilai p-value 0,062 menunjukkan bahwa hasil ini tidak signifikan secara statistik. Dengan kata lain, apakah seorang siswa adiksi media sosial atau tidak, tampaknya tidak mempengaruhi seberapa baik atau buruk interaksi sosial mereka. Sejalan dengan hasil penelitian Suyanto *et al.*,

(2022), hasil p -value sebesar 0,541 ($> 0,05$) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dengan interaksi sosial pada remaja di SMK Bhinneka Karya Simo. Hal ini didukung oleh penelitian Kaluasi (2020), yang menyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan media sosial dengan interaksi sosial dan kualitas pola tidur pada remaja di SMA Negeri 3 Manado.

SIMPULAN

Gambaran adiksi media sosial pada siswa di SDN 262 Panyieukan Kota Bandung didapatkan hasil 124 responden dengan persentase (88,6%) termasuk kategori adiksi. Gambaran kecemasan pada siswa di SDN 262 Panyieukan Kota Bandung didapatkan hasil 140 responden dengan persentase (100%) termasuk kategori kecemasan. Gambaran interaksi sosial pada siswa di SDN 262 Panyieukan Kota Bandung didapatkan hasil 124 responden dengan persentase (86,6%) termasuk kategori sedang. Terdapat hubungan antara adiksi media sosial dengan kecemasan didapatkan hasil p value - 0,001 $< 0,05$. Tidak ada hubungan antara adiksi media sosial dengan interaksi sosial didapatkan hasil p value 0,062 $> 0,05$.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan segala kerendahan hati, saya mengucapkan rasa syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya yang telah memberikan saya kekuatan dan ketabahan dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih saya sampaikan kepada kedua orang tua dan keluarga yang selalu memberikan dukungan tanpa henti, baik dalam bentuk doa, motivasi, maupun materi yang tiada batasnya. Terima kasih saya sampaikan kepada dosen pembimbing saya, yang dengan sabar dan penuh dedikasi telah membimbing saya melalui setiap tahap penelitian ini, memberikan arahan, serta saran yang sangat berharga. Tidak lupa, saya ucapkan terima kasih kepada teman-teman saya yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama proses penulisan skripsi ini. Terakhir, saya ucapkan terima kasih kepada diri saya sendiri, atas ketekunan, kerja keras, dan ketabahan dalam menghadapi segala tantangan dan rintangan selama penyusunan skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agatha, D. (2023). Dokter di AS Soroti Risiko Besar Media Sosial untuk Anak dan Remaja, Memangnya Ada Apa? <https://www.liputan6.com/health/read/5298418/dokter-di-as-soroti-risiko-besar-media-sosial-untuk-anak-dan-remaja-memangnya-ada-apa>
- Agustyn, I. N. (2022). Dampak media sosial (Tik-Tok) terhadap karakter sopan santun siswa kelas VI sekolah dasar. *Jurnal JPGSD*, 10.
- Ahsani, E. L. F., Zuhaida, K., Putri, M. A., Jannah, A. F., & Arumdiyah, I. A. (2022). Pembuatan Power Point sebagai Upaya Guru Meningkatkan Kreativitas Siswa Sekolah Dasar Menggunakan Fasilitas di BITC Bandung. *Yasin*, 2(1), 48–60. <https://doi.org/10.58578/yasin.v2i1.182>
- Alfurqan, A., Trinova, Z., Tamrin, M., & Khairat, A. (2020). Membangun Sebuah Pengajaran Filosofi Personal: Konsep dari Pengembangan dan Pendidikan Dasar. *Tarbiyah Al-Awlad: Jurnal Kependidikan Islam Tingkat Dasar*, 10(2).
- Andara, S., Aisy, Z. I. R., Sutini, T., & Arifin, M. H. (2022). Penggunaan Media Sosial Dikalangan Anak Sekolah Dasar. *Harmony: Jurnal Pembelajaran IPS Dan PKN*, 7(1), Article 1. <https://doi.org/10.15294/harmony.v7i1.55893>



- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2022). Statistik Indonesia 2022. Jakarta : Badan Pusat Statistik
- Badan Pusat Statistik Kota Bandung. (2020). Penduduk Kota Bandung Berumur 5 Tahun Ke Atas yang Mengakses Internet Dalam 3 Bulan Terakhir menurut Jenis Kelamin dan Tujuan Mengakses Internet, 2020. Bandung: Badan Pusat Statistik
- Bozzola, E., Spina, G., Agostiniani, R., Barni, S., Russo, R., Scarpato, E., Di Mauro, A., Di Stefano, A. V., Caruso, C., Corsello, G., & Staiano, A. (2022). The use of social media in children and adolescents: Scoping review on the potential risks. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16). <https://doi.org/10.3390/ijerph19169960>
- Bujuri, D. A., Sari, M., Handayani, T., & Saputra, A. D. (2023). Penggunaan media sosial dalam pembelajaran: analisis dampak penggunaan media Tiktok terhadap motivasi belajar siswa di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 10(2), 112-127.
- Fajar, M., & Machmud, H. (2020). Penggunaan Media Sosial di Kalangan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 3, 46– 52. <http://ejournal.iainkendari/diniyah>
- Faliyandra, F., Suarmika, P. E., Hidayat, N., Lestari, S. D., & Utama, E. G. (2021). Dampak negatif media sosial pasca covid-19 pada siswa: Analisis perencanaan kepada sekolah di Sekolah Dasar. *JPDI (Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia)*, 6(2), 43-47.
- Feliyandra, F., Suarmika, P. E., Hidayat, N., Lestari, S. D., & Utama, E. G. (2017). Dampak Negatif Media Sosial Pasca Covid-19 Pada Siswa: Analisis Perencanaan Kepada Sekolah di Sekolah Dasar. *JPDI (Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia)*. Retrieved March 23, 2023, from <https://journal.stkipsingkawang.ac.id/index.php/JPDI/article/view/2469>
- Gao, J., Zheng, P., Jia, Y., Chen, H., Mao, Y., Chen, S., Wang, Y., Fu, H., & Dai, J. (2020). Mental health problems and social media exposure during COVID-19 outbreak. *PLoS ONE*, 15(4), 1–10. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231924>
- Hakim, I. N., & Purwaningsih, H. (2022). Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Interaksi Sosial pada Remaja di SMK Bhinneka Karya Simo Boyolali. *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 9(2), 59-66.
- Kaluasi, M., Rakinaung, N. E., & Rumampuk, M. V. H. (2020). *Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Interaksi Sosial Dan Kualitas Pola Tidur Pada Remaja Di Sma Negeri 3 Manado* (Doctoral Dissertation, Universitas Katolik De La Salle).
- Kurniawan, M. I. (2015). Tri pusat pendidikan sebagai sarana pendidikan karakter anak sekolah dasar. *PEDAGOGIA: Jurnal Pendidikan*, 4(1), 41-49.
- Khaulani, F, S, N., & Irdamurni, I. (2020). Fase dan tugas perkembangan anak sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 7(1), 51. <https://doi.org/10.30659/pendas.7.1.51-59>



- Nadila Fitaloka, A., & Hermawati, E. (2022). Hubungan durasi penggunaan media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa program sarjana kedokteran Universitas Tanjungpura. *Jurnal Cerebellum*, 8(2), 16–22. <https://doi.org/10.26418/jc.v>
- Nurina Hakim, S., & Alyu Raj, A. (2017). Dampak kecanduan internet (internet addiction) pada remaja. *Jurnal UNISSULA*, 978-602-22(2), 280–284. jurnal.unissula.ac.id/index.php/ippi/article/download/2200/1662
- Nurlina, M., Anggraini, A., & Meriyandah, H. (2022). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Pada Tingkat Kecemasan Generasi Z Mahasiswa Keperawatan Di Stikes Medistra Indonesia Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 1(1), 97- 104.
- Poon, S. K., & Sudano, L. E. (2020). Impact of social media on mental health. *Mental Health in the Athlete: Modern Perspectives and Novel Challenges for the Sports Medicine Provider*, 181–189. https://doi.org/10.1007/978-3-030-44754-0_14
- Rifki, M.(2022). Dampak negative media sosial bagi remaja. *Communicative: Jurnal Ilmu Komunikasi* Vol. 2, No. 1 (2021) <http://journal.bungabangsacirebon.ac.id/index.php/communicative>.
- Sawhney, I., Perera, B., Bassett, P., Zia, A., Alexander, R. T., & Shankar, R. (2021). Attention-deficit hyperactivity disorder in people with intellectual disability: statistical approach to developing a bespoke screening tool. *BJPsych Open*, 7(6), 1–7. <https://doi.org/10.1192/bjo.2021.1023>
- Simanjuntak, D. V., Sitompul, D. A., Nadapdap, I., Raja, S. L., & Naibaho, D. (2024). Psikologi Perkembangan pada Remaja terhadap Dampak Penggunaan Media Sosial pada Perkembangan Emosi dan Kecemasan pada Remaja. *Jurnal Parenting Dan Anak*, 1(3), 9. <https://doi.org/10.47134/jpa.v1i3.422>
- Sudirjo, E. dan Alif, M. N. (2021). *Komunikasi dan Interaksi Sosial Anak*. Salam Insan Mulia: Bandung
- Syaiful, Y., & Trisanti, C. N. (2024). Pengaruh Perawatan Metode Kangguru Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Dengan Bayi Berat Badan Lahir Rendah. *Jurnal Nurse*, 7(01), 1-9.
- Trikandini, A., & Kurniasari, L. (2021). Hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa UMKT. *Borneo Studies and Research*, 3(1), 614-619.
- Thorisdottir, I. E., Sigurvinsdottir, R., Asgeirsdottir, B. B., Allegrante, J. P., & Sigfusdottir, I. D. (2019). Active and Passive Social Media Use and Symptoms of Anxiety and Depressed Mood among Icelandic Adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(8), 535–542. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0079>
- Wakhid, A., Andriani, N. S., & Saporwati, M. (2019). Kemampuan Interaksisosial Siswa Usia 10-12 Tahun Diunganran. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(2), 87-90.
- Young, Kimberly s. & Abreu Cristiano Nabuco de. (2017). *Kecanduan Internet*. Pustaka Pelajar:

Yogyakarta

Zulaifi, R., & Zainuddin, M. (2023). Layanan Informasi Tentang Fase Perkembangan Anak Untuk Pola Asuh Orang Tua Lebih Baik. *Jurnal Dedikasi Madani*, 2(1), 22