

BAB V

PEMBAHASAN

A. Penggunaan Media Sosial Pada Remaja di SMP Negeri 19 Kota Bengkulu

Berdasarkan data yang diperoleh dari tabel 4.6, penelitian ini menemukan bahwa dari 75 responden, mayoritas, yaitu 98,7% (74 responden), memiliki tingkat penggunaan media sosial yang tinggi. Hanya 1,3% (1 responden) yang memiliki tingkat penggunaan media sosial rendah. Responden dalam penelitian ini berada pada rentang umur 15-16 tahun sesuai dengan tabel 4.3, yang merupakan masa remaja pertengahan.

Hasil temuan ini dapat dikaji melalui perspektif teori perkembangan remaja. Menurut Piaget (Santrock, 2024), remaja usia 15-16 tahun berada dalam tahap operasional formal. Tahap ini ditandai dengan kemampuan berpikir abstrak dan hipotetis, yang memungkinkan mereka untuk memahami konsep-konsep kompleks, termasuk dunia maya. Bersamaan dengan itu, mereka juga berfokus pada pencarian identitas diri (identitas versus kebingungan peran). Sifat alamiah dari masa perkembangan ini membuat mereka sangat mudah dipengaruhi oleh lingkungan sosial, termasuk yang terbentuk di media sosial.

Tingginya tingkat penggunaan media sosial yang ditemukan dalam penelitian ini sejalan dengan data global dan penelitian serupa. Misalnya, penelitian oleh (Nagata et al., 2025), menunjukkan bahwa platform seperti TikTok, Instagram, dan YouTube sangat populer di kalangan remaja. Lebih lanjut, temuan ini juga relevan dengan penelitian (Riumta et al., 2024) yang secara spesifik membahas kecanduan media sosial. Penelitian mereka

menunjukkan bahwa sebagian besar remaja telah mengalami tingkat kecanduan, dengan 37,1% memiliki tingkat kecanduan tinggi.

Tingkat penggunaan media sosial yang sangat tinggi di kalangan responden (98,7%) menunjukkan bahwa media ini telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari mereka. Hal ini dapat dilihat sebagai manifestasi dari kebutuhan remaja akan interaksi sosial dan pencarian jati diri. Ponsel sebagai media utama memberikan akses mudah ke berbagai platform, yang dapat dimanfaatkan untuk tujuan edukatif, seperti mengakses materi pelajaran (Kumar, 2024). Namun, di sisi lain, tingginya penggunaan ini juga memunculkan kekhawatiran. Data penelitian ini, jika dihubungkan dengan temuan (Riumta et al., 2024), mengindikasikan bahwa penggunaan yang masif ini memiliki potensi besar untuk mengarah pada kecanduan. Dengan demikian, meskipun media sosial memiliki manfaat, potensi dampak negatif terhadap prestasi dan kesehatan mental juga harus diwaspadai (Amri et al., 2024).

Meskipun temuan menunjukkan tingkat penggunaan media sosial yang sangat tinggi, perlu dilakukan pembahasan yang lebih kritis terhadap hasil ini. Angka 98,7% (74 dari 75 responden) yang memiliki tingkat penggunaan tinggi menyiratkan kurangnya variasi dalam data. Hal ini bisa jadi mengindikasikan bahwa instrumen pengukuran yang digunakan mungkin kurang sensitif dalam membedakan berbagai tingkatan penggunaan media sosial di kalangan remaja pada rentang usia ini. Dengan hampir semua responden masuk dalam kategori "tinggi", temuan ini menjadi kurang signifikan untuk menganalisis gradasi atau faktor-faktor spesifik yang membedakan antara pengguna "tinggi" dengan "rendah", karena kelompok "rendah" hampir tidak ada. Oleh karena itu,

penelitian ini lebih menggambarkan prevalensi penggunaan media sosial yang masif di kalangan remaja 15-16 tahun, ketimbang mengidentifikasi pola atau prediktor penggunaan yang bervariasi.

Keterbatasan penelitian ini antara lain adalah ukuran sampel yang relatif kecil (75 responden) yang mungkin tidak merepresentasikan populasi remaja secara lebih luas. Selain itu, metode pengumpulan data (misalnya, self-report kuesioner) dapat menimbulkan bias respons, di mana responden mungkin cenderung memberikan jawaban yang dianggap *socially desirable*. Desain penelitian ini juga bersifat deskriptif, sehingga tidak dapat menyimpulkan hubungan sebab-akibat antara penggunaan media sosial dan variabel lain seperti prestasi atau kesehatan mental, melainkan hanya menunjukkan korelasi atau indikasi potensi.

Temuan ini memiliki implikasi teoritis yang penting bagi pemahaman kita tentang teori perkembangan remaja di era digital. Tingginya angka penggunaan media sosial menegaskan bahwa lingkungan sosial digital telah menjadi arena krusial bagi remaja usia 15-16 tahun dalam proses pembentukan identitas dan interaksi sosial, melengkapi (bahkan mungkin mendominasi) interaksi tatap muka tradisional. Hal ini menggarisbawahi relevansi berkelanjutan dari teori Piaget mengenai tahap operasional formal dan pencarian identitas Erikson dalam konteks dunia maya yang semakin kompleks. Penelitian mendatang dapat mengeksplorasi lebih dalam bagaimana karakteristik kognitif dan sosial pada tahap ini secara spesifik berinteraksi dengan dinamika platform media sosial yang berbeda.

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan peringatan keras bagi berbagai pihak. Bagi orang tua, ini menegaskan urgensi pemantauan aktif dan komunikasi terbuka tentang penggunaan media sosial anak remaja mereka, bukan hanya sebatas pembatasan, tetapi juga edukasi mengenai penggunaan yang sehat dan bertanggung jawab. Bagi pihak sekolah dan institusi pendidikan, temuan ini menyoroti kebutuhan untuk mengintegrasikan literasi digital dan kesehatan mental ke dalam kurikulum. Program edukasi dapat dirancang untuk meningkatkan kesadaran remaja tentang potensi risiko kecanduan, cyberbullying, dan dampak negatif lainnya, sekaligus memaksimalkan manfaat media sosial untuk tujuan edukatif. Pemerintah dan pengembang platform media sosial juga perlu mempertimbangkan regulasi dan fitur yang mendukung penggunaan yang lebih aman dan sehat bagi populasi remaja yang sangat rentan ini.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa penggunaan media sosial di kalangan responden usia 15-16 tahun berada pada tingkat yang sangat tinggi, yang sejalan dengan karakteristik perkembangan remaja dan tren penggunaan teknologi global. Tingginya angka ini menjadi indikasi kuat bahwa tanpa pengawasan yang memadai, penggunaan ini dapat berisiko mengarah pada kecanduan, seperti yang terbukti dalam penelitian sebelumnya. Oleh karena itu, penelitian ini menekankan perlunya pemantauan dan edukasi dari berbagai pihak, termasuk orang tua dan sekolah, untuk memastikan penggunaan media sosial yang sehat dan produktif.

B. Risiko Perilaku Sosial Negatif Pada Remaja

Studi ini dimaksudkan untuk mengidentifikasi tingkat risiko perilaku sosial negatif pada remaja. Hasil dari tabel 4.7 menunjukkan bahwa dari 75 responden, mayoritas, yaitu 88,0% (66 responden), tidak menunjukkan risiko perilaku sosial negatif. Sebaliknya, hanya 12,0% (9 responden) yang teridentifikasi memiliki risiko perilaku sosial negatif. Kategori ini didasarkan pada rentang skor, di mana skor 1-48 dianggap tidak berisiko, sementara skor 49-96 dianggap berisiko.

Temuan ini dapat dipahami melalui *General Strain Theory* (GST) yang dikemukakan oleh (Caetano, 2023). Teori ini menjelaskan bahwa tekanan atau stres dari lingkungan, baik di keluarga maupun sekolah, dapat memicu emosi negatif seperti kemarahan atau frustrasi. Emosi-emosi ini kemudian dapat mendorong individu untuk menampilkan perilaku menyimpang atau agresif sebagai mekanisme pelepasan. Dalam konteks remaja, interaksi mereka dengan lingkungan sosial, baik di dunia nyata maupun digital, menjadi sumber potensial bagi stres.

Definisi perilaku sosial negatif yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada (Fauzana et al., 2021), yaitu aktivitas dan reaksi individu yang bersifat negatif dan tidak sesuai dengan norma sosial. Pengalaman negatif yang memicu perilaku ini seringkali terkait dengan interaksi digital. Hal ini didukung oleh penelitian (Skogen et al., 2023), yang menunjukkan adanya hubungan kuat antara pengalaman negatif di media sosial, seperti pengucilan atau perundungan, dengan penurunan kesehatan mental remaja.

Meskipun sebagian besar responden tidak menunjukkan risiko perilaku sosial negatif, keberadaan 12,0% responden yang berisiko tetap menjadi perhatian penting. Angka ini menunjukkan bahwa sebagian kecil remaja memang rentan terhadap pengaruh negatif dari lingkungan mereka, yang bisa diakibatkan oleh tekanan sosial, emosi negatif, atau pengalaman penolakan. Fakta bahwa perilaku sosial negatif ini dapat dipicu oleh pengalaman di media digital menggarisbawahi pentingnya literasi digital dan dukungan sosial yang kuat. Pencegahan yang efektif harus mencakup upaya untuk membantu remaja mengelola emosi mereka dan menciptakan lingkungan yang suportif, baik di dunia nyata maupun virtual.

Meskipun hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden tidak berisiko, penting untuk melakukan pembahasan yang lebih kritis terhadap temuan ini. Angka 88,0% yang tidak berisiko menyiratkan bahwa instrumen pengukuran risiko perilaku sosial negatif yang digunakan mungkin memiliki sensitivitas terbatas dalam menangkap spektrum perilaku yang lebih halus atau tahapan awal risiko. Dengan dominasi kategori "tidak berisiko", penelitian ini kurang mampu mengidentifikasi faktor-faktor spesifik yang melindungi mayoritas remaja, atau membedakan secara mendalam antara mereka yang tidak berisiko sama sekali dan mereka yang mungkin berada di ambang batas risiko. Fokus analisis menjadi terbatas pada identifikasi prevalensi daripada eksplorasi mekanisme yang mendasari.

Keterbatasan penelitian ini mencakup beberapa aspek. Pertama, ukuran sampel yang relatif kecil (75 responden) membatasi generalisasi temuan ke populasi remaja yang lebih luas di Indonesia. Kedua, penggunaan metode *self-*

report untuk mengukur risiko perilaku sosial negatif dapat memunculkan bias jawaban yang diinginkan secara sosial (*social desirability bias*), di mana responden cenderung memberikan jawaban yang mereka anggap lebih "baik" atau "normal". Selain itu, desain penelitian yang bersifat deskriptif ini tidak memungkinkan penarikan kesimpulan kausalitas antara faktor-faktor tertentu (misalnya, penggunaan media sosial) dengan risiko perilaku sosial negatif, melainkan hanya menunjukkan indikasi asosiasi. Penelitian ini juga tidak mengukur intensitas atau durasi paparan stres yang spesifik, yang mana penting dalam konteks *General Strain Theory*.

Temuan ini memiliki implikasi teoritis yang menegaskan relevansi *General Strain Theory* (GST) dalam memahami perilaku negatif remaja di era digital. Meskipun sebagian besar tidak berisiko, fakta bahwa ada kelompok kecil yang berisiko memperkuat gagasan bahwa stres lingkungan, termasuk yang berasal dari interaksi digital, tetap menjadi pemicu potensial emosi negatif yang dapat bermanifestasi sebagai perilaku sosial negatif. Ini membuka jalan bagi penelitian lebih lanjut untuk mengidentifikasi jenis *strain* digital spesifik (misalnya, tekanan untuk citra diri sempurna, *cyberbullying*) dan bagaimana *coping mechanisms* yang berbeda memediasi hubungan antara *strain* dan perilaku. Studi masa depan dapat mengeksplorasi peran variabel moderator atau mediator, seperti dukungan sosial digital atau literasi emosional, dalam memitigasi efek *strain*.

Secara praktis, hasil penelitian ini memberikan panduan yang jelas bagi berbagai pemangku kepentingan. Bagi orang tua dan wali, ini menekankan perlunya pemahaman yang lebih mendalam tentang lingkungan digital anak-

anak mereka dan pentingnya membangun komunikasi terbuka untuk membantu remaja mengelola stres dan emosi negatif. Edukasi mengenai literasi digital menjadi krusial untuk membekali remaja agar dapat menghadapi pengalaman negatif di media sosial secara konstruktif. Bagi pihak sekolah dan konselor, temuan ini menggarisbawahi kebutuhan untuk mengembangkan program pencegahan yang berfokus pada peningkatan resiliensi remaja, pengajaran strategi pengelolaan emosi, dan promosi lingkungan sekolah yang suportif. Intervensi dapat mencakup program anti-bullying digital dan lokakarya tentang *digital citizenship*. Bagi pemerintah dan pembuat kebijakan, data ini menegaskan urgensi untuk mengembangkan kebijakan yang mendukung kesehatan mental remaja di ranah digital dan mempromosikan ekosistem online yang lebih aman.

Berdasarkan analisis hasil, teori, dan penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa mayoritas remaja dalam penelitian ini tidak menunjukkan risiko perilaku sosial negatif. Namun, sebagian kecil dari mereka tetap rentan terhadapnya, yang kemungkinan besar dipicu oleh stres lingkungan dan pengalaman negatif di media sosial. Oleh karena itu, diperlukan langkah-langkah pencegahan yang berfokus pada penguatan dukungan sosial, pengelolaan emosi, dan peningkatan literasi digital untuk meminimalkan risiko tersebut.

C. Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Risiko Perilaku Sosial Negatif Pada Remaja di SMP Negeri 19 Kota Bengkulu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai p-value sebesar 0,120, yang lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$). Hasil ini mengindikasikan bahwa tidak ada

hubungan signifikan antara penggunaan media sosial dan risiko perilaku sosial negatif pada remaja di SMP Negeri 19 Kota Bengkulu. Nilai OR (Odds Ratio) sebesar 9,250 juga tidak dapat diinterpretasikan secara signifikan karena tidak memenuhi syarat statistik. Dengan demikian, hipotesis penelitian (H1) yang menyatakan adanya hubungan ditolak.

Temuan ini dapat dijelaskan melalui beberapa pendekatan teoritis. Salah satunya adalah Teori Penentu Diri (*Self-Determination Theory*) yang dikemukakan oleh (Laguerre & Barnes-Farrell, 2025). Teori ini berfokus pada motivasi intrinsik dan kebutuhan psikologis dasar manusia, yaitu kompetensi, otonomi, dan keterhubungan. Remaja yang memiliki tingkat literasi digital yang tinggi dan didukung oleh kontrol orang tua yang memadai cenderung memiliki otonomi yang kuat dalam menggunakan media sosial. Mereka tidak hanya menggunakannya untuk bersenang-senang, tetapi juga untuk tujuan yang produktif, seperti mencari informasi atau membangun jaringan sosial yang positif. Oleh karena itu, meskipun penggunaan media sosial mereka tinggi, kebutuhan psikologis mereka terpenuhi secara positif, sehingga tidak mendorong perilaku negatif.

Hasil riset ini sejalan dengan temuan (Tara Diva et al., 2023) yang juga menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja ($p=0,125$). Namun, temuan ini tidak sejalan dengan penelitian (Daud & Sulaehani, 2025) yang menyatakan bahwa penggunaan media sosial berlebihan dapat berdampak negatif pada kesehatan mental, termasuk kecemasan, depresi, dan rendahnya harga diri.

Ketidaksesuaian hasil dengan penelitian (Daud & Sulaehani, 2025) dapat dijelaskan oleh beberapa faktor. Pertama, seperti yang dikemukakan dalam Teori Penentu Diri, kontrol orang tua yang efektif dan literasi digital yang baik pada remaja dapat menjadi faktor pelindung. Remaja dengan literasi digital yang kuat cenderung mampu memfilter konten negatif dan mengendalikan durasi penggunaan mereka, sehingga tidak terpengaruh secara negatif. Kedua, temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang tinggi tidak selalu identik dengan penggunaan yang tidak terkontrol atau bermasalah. Sebaliknya, penggunaan yang tinggi bisa saja merupakan bagian dari cara remaja berinteraksi dan mengekspresikan diri secara sehat. Hasil ini memperkuat gagasan bahwa bukan intensitas penggunaan yang menjadi masalah utama, melainkan kualitas penggunaan dan faktor-faktor pendukung yang menyertainya.

Ketidaksignifikanan hasil (p -value 0,120) mengindikasikan bahwa dalam sampel penelitian ini, kita tidak memiliki bukti statistik yang cukup kuat untuk menyatakan adanya hubungan antara penggunaan media sosial dan risiko perilaku sosial negatif. Hal ini perlu dibahas secara kritis. Angka p -value yang mendekati batas signifikansi (0,05) mungkin menunjukkan adanya tren atau hubungan lemah yang tidak terdeteksi secara statistik karena berbagai faktor. Misalnya, ukuran sampel yang terbatas (75 responden) mungkin tidak memiliki kekuatan statistik yang cukup untuk mendeteksi efek yang lebih kecil. Ada kemungkinan hubungan tersebut memang ada, tetapi tidak cukup kuat untuk mencapai signifikansi statistik dalam konteks penelitian ini.

Selain itu, instrumen pengukuran "penggunaan media sosial" dan "risiko perilaku sosial negatif" perlu ditinjau lebih lanjut. Apakah kedua variabel ini diukur dengan instrumen yang komprehensif dan valid untuk populasi remaja di Bengkulu? Penggunaan media sosial dapat bervariasi dari pasif (melihat konten) hingga aktif (berinteraksi, membuat konten), dan setiap jenis penggunaan mungkin memiliki dampak yang berbeda. Jika pengukuran penggunaan media sosial hanya berfokus pada durasi atau frekuensi umum, mungkin aspek kualitas interaksi atau jenis konten yang diakses justru lebih relevan dalam memprediksi perilaku negatif.

Keterbatasan penelitian ini antara lain adalah ukuran sampel yang relatif kecil ($N=75$), yang dapat memengaruhi generalisasi temuan. Penelitian ini juga hanya melibatkan remaja dari satu SMP Negeri di Kota Bengkulu, sehingga representativitas sampel terbatas pada konteks geografis dan demografis tersebut. Desain penelitian yang kemungkinan bersifat kuantitatif korelasional ini tidak memungkinkan penarikan kesimpulan kausalitas (sebab-akibat). Kita tidak dapat mengatakan bahwa tidak adanya hubungan signifikan berarti penggunaan media sosial tidak pernah menyebabkan perilaku negatif, melainkan hanya tidak ditemukan hubungan yang signifikan dalam sampel dan pengukuran ini. Variabel pengganggu atau moderator (seperti kontrol orang tua, literasi digital, atau karakteristik kepribadian remaja) mungkin tidak sepenuhnya dikontrol atau dianalisis secara mendalam, padahal Teori Penentu Diri menekankan pentingnya faktor-faktor tersebut.

Hasil penelitian yang tidak menemukan hubungan signifikan ini memiliki implikasi teoritis yang memperkaya pemahaman kita tentang

kompleksitas hubungan antara teknologi dan perilaku remaja. Temuan ini mendukung Teori Penentu Diri, yang menggeser fokus dari sekadar jumlah penggunaan media sosial ke kualitas penggunaan dan faktor-faktor psikologis yang mendasarinya. Ini menantang narasi umum bahwa penggunaan media sosial yang tinggi secara inheren berbahaya. Sebaliknya, hal ini menunjukkan bahwa ketika kebutuhan psikologis dasar (kompetensi, otonomi, keterhubungan) terpenuhi melalui penggunaan media sosial misalnya, dengan literasi digital yang baik dan dukungan orang tua risiko perilaku negatif dapat diminimalisir. Ini mengisyaratkan bahwa model teoritis di masa depan harus lebih menekankan pada aspek mediasi dan moderasi dari faktor individu dan lingkungan.

Secara praktis, hasil ini memberikan panduan yang berharga dan nuansa baru bagi orang tua, pendidik, dan pembuat kebijakan. Daripada menerapkan pembatasan ketat pada durasi penggunaan media sosial, fokus harus dialihkan pada pendidikan literasi digital dan pengembangan lingkungan suportif. Program-program intervensi dapat dirancang untuk:

1. Meningkatkan Literasi Digital Remaja: Mengajarkan remaja cara memfilter konten, mengelola privasi, mengenali risiko *cyberbullying* atau informasi salah, dan menggunakan media sosial secara produktif (misalnya, untuk pembelajaran, pengembangan keterampilan, atau membangun komunitas positif).
2. Memperkuat Kontrol Orang Tua yang Suportif: Memberdayakan orang tua dengan pengetahuan tentang dinamika media sosial dan strategi pengawasan yang tidak hanya membatasi, tetapi juga membimbing dan

membangun otonomi remaja dalam penggunaan digital. Ini melibatkan komunikasi terbuka dan diskusi tentang pengalaman online.

3. Mendorong Pemenuhan Kebutuhan Psikologis: Memastikan remaja memiliki kesempatan untuk merasa kompeten, mandiri, dan terhubung secara positif, baik di dunia nyata maupun melalui interaksi online yang sehat. Ini bisa dilakukan di lingkungan keluarga, sekolah, dan komunitas.

Dengan demikian, upaya pencegahan dan promosi kesehatan remaja sebaiknya bergeser dari fokus pada "berapa lama" menjadi "bagaimana" media sosial digunakan dan "dalam konteks apa".

Berdasarkan analisis data, tidak ada hubungan statistik yang signifikan antara penggunaan media sosial dan risiko perilaku sosial negatif pada remaja dalam penelitian ini. Hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang tinggi tidak secara langsung mengarah pada perilaku negatif, terutama jika didukung oleh faktor pelindung seperti kontrol orang tua, literasi digital yang memadai, dan pemenuhan kebutuhan psikologis seperti yang dijelaskan dalam Teori Penentu Diri. Oleh karena itu, penting untuk berfokus pada pendidikan literasi digital dan pengawasan yang suportif daripada sekadar membatasi durasi penggunaan.