

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan teknologi dan informasi saat ini mengalami perkembangan yang sangat pesat. Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2022, terdapat laporan yang menyatakan bahwa jumlah pengguna internet di seluruh dunia telah mencapai 5,07 miliar orang dan jumlah tersebut mencapai 63,45% dari populasi global yang totalnya 7,99 miliar orang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), diperkirakan jumlah pengguna internet di Indonesia pada tahun 2024 mencapai 221. 563. 479 orang. Dari segi usia, anak-anak dan remaja menjadi kelompok yang paling banyak menggunakan media sosial dengan proporsi sebesar 34,40% (APJII, 2024). Mengacu pada data yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik (2022), di Jawa Timur, terlihat bahwa 51,16% anak laki-laki dan 48,84% anak perempuan berusia 5-12 tahun telah mengakses internet dalam tiga bulan terakhir. Peneliti Khairunisa, et al (2023) yang meneliti di salah satu sekolah di wilayah Kabupaten Malang menemukan bahwa tingkat penggunaan handphone beberapa siswa salah satu sekolah di Kabupaten Malang berada di persentase 86%. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial pada usia anak-anak hingga remaja cukup tinggi.

Tingginya penggunaan media sosial atau internet pada usia anak-anak hingga remaja yang tinggi disebabkan oleh banyak faktor. Menurut You dkk (2023), bahwa penggunaan media sosial dan internet yang tinggi pada anak-anak hingga remaja disebabkan oleh beberapa faktor yakni faktor rasa ingin tahu yang

tinggi, kurangnya kontrol diri, kebutuhan untuk terhubung dan bersosialisasi, serta berbagai konten menarik yang tersedia. Aprilia, dkk (2020), juga menyampaikan bahwa tingginya aktivitas penggunaan media sosial disebabkan oleh berbagai faktor, baik dari sisi ketersediaan sarana, faktor psikologis, maupun kebutuhan sosial individu. Adanya penyebab tingginya penggunaan media sosial akan berdampak pada penggunan, salah satunya melakukan aktivitas yang selalu berhubungan dengan media sosial yakni *scrolling*.

Scrolling media sosial merupakan kegiatan menelusuri atau menggulir konten di platform media sosial seperti *facebook*, *instagram*, *tiktok*, *youtube*, dll secara terus-menerus tanpa tujuan yang jelas, seringkali hingga lupa waktu. Penggunaan media sosial yang berlebihan akan menyebabkan kecanduan untuk penggunaan media sosial sehingga memunculkan *doomscrolling* (Sharma et al., 2022). Satici, dkk (2022) menyatakan bahwa *doomscrolling* merujuk pada paparan informasi negatif secara tanpa henti di platform media sosial dan saluran berita, yang biasanya diartikan sebagai kebiasaan mencari dengan penuh obsesi informasi yang menyedihkan dan tidak baik. Shabahang, dkk (2023) mengungkapkan bahwa *doomscrolling* berhubungan dengan tingkat peningkatan rasa cemas pada remaja.

Kecemasan adalah perasaan khawatir, takut, atau tidak nyaman yang bersifat umum dan normal. Kemenkes (2025), menyampaikan bahwa kecemasan sebagai perasaan khawatir atau takut yang berlebihan dan tidak proporsional terhadap suatu hal, bahkan tanpa alasan yang jelas. Penggunaan media sosial yang berlebihan, terutama dengan intensitas tinggi dan waktu layar yang lama, dapat meningkatkan risiko kecemasan (Kesuma & Kalifia, 2024). Aryal & Rajbhandari (2024), mengungkapkan bahwa penggunaan media sosial yang berlebihan

merupakan faktor utama yang berkontribusi terhadap kecemasan, meskipun platform ini memfasilitasi koneksi dan hiburan, penggunaannya yang berlebihan dapat berdampak negatif pada kesejahteraan mental. Wafa, et al (2024), bahwa terdapat hubungan searah di Fakultas Kedokteran Universitas Islam *Doomscrolling* dan Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara dan Pandya, et al (2024), juga menyampaikan bahwa terdapat hubungan signifikan antara waktu yang dihabiskan untuk *doomscrolling* dan meningkatnya kecemasan mental.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 12 September 2025 pada remaja di SMPN 01 Dau Kecamatan Dau Kabupaten Malang. Hasil wawancara terhadap 10 remaja, semua (100%) remaja memiliki *gadget* sendiri, sering melakukan *scrolling* media sosial (lebih dari 2 jam/hari) seperti melihat berita di media *facebook*, *instagram*, *tiktok* dan *youtube* dan seluruhnya (100%) remaja mengatakan merasa cemas ketika melihat berita kasus pembunuhan, kasus pemerkosaan dan tawuran. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan *doomscrolling* dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMPN 01 Dau Kecamatan Dau Kabupaten Malang.

1.2 Rumusan masalah

Apakah ada hubungan *doomscrolling* dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMPN 01 Dau Kecamatan Dau Kabupaten Malang?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan *doomscrolling* dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMPN 01 Dau Kecamatan Dau Kabupaten Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *doomscrolling* pada remaja di SMPN 01 Dau Kecamatan Dau Kabupaten Malang
2. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada remaja di SMPN 01 Dau Kecamatan Dau Kabupaten Malang
3. Menganalisis hubungan *doomscrolling* dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMPN 01 Dau Kecamatan Dau Kabupaten Malang

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi untuk mengetahui bagaimana hubungan *doomscrolling* dengan tingkat kecemasan pada remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Remaja

Remaja dapat mengurangi kecemasan dengan cara membatasi *doomscrolling* atau melihat berita negatif dan mengalihkan perilaku yang lebih produktif seperti belajar atau membantu orang tua.

2. Bagi Orang Tua

Orang tua dapat memberikan pengawasan terhadap anaknya dalam *doomscrolling* dengan tingkat kecemasan pada remaja.

3. Bagi Peneliti

hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai bahan informasi literatur bagi peneliti selanjutnya untuk lebih mengembangkan lagi mengenai hubungan *doomscrolling* dengan tingkat kecemasan pada remaja.

