

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN KECEMASAN, KESEPIAN, DAN GANGGUAN  
TIDUR DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL  
PADA REMAJA DI SMA N 9  
PADANG**

**Penelitian Keperawatan Jiwa**



**Dr. Ns. Rika Sarfia, S.Kep., M.Kep**  
**Ns. Randy Refnandes, S.Kep., M.Kep**

**FAKULTAS KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS ANDALAS**  
**2023**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
Juli, 2023**

Nama : Zahratul 'Alini  
NIM : 1911312004

**Hubungan Kecemasan, Kesepian, dan Gangguan Tidur dengan Kecanduan Media  
Sosial pada Remaja di SMA N 9 Padang**

**ABSTRAK**

Remaja merupakan kelompok usia dengan kecanduan media sosial terbanyak dibandingkan dengan usia lainnya. Kecanduan media sosial pada remaja ini disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya kecemasan, kesepian dan gangguan tidur. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan kecemasan, kesepian, dan gangguan tidur dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMA N 9 Padang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI dengan jumlah sampel 290 siswa dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *convenience sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS)* untuk kecanduan media sosial, *Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS/SRAS)* untuk kecemasan, *UCLA Loneliness Scale Version 3* untuk kesepian, dan *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* untuk gangguan tidur. Hasil penelitian menunjukkan responden mengalami kecanduan berat (10,7%), (21,4%) responden mengalami kecemasan berat, dan (4,8%) responden mengalami kesepian berat, dan sebagian besar responden mengalami kualitas tidur buruk (74,5%). Hasil uji *chi square* didapatkan nilai  $p=0,013$  untuk kecemasan,  $p=0,010$  untuk kesepian, dan  $p=0,033$  untuk kesepian, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan, kesepian, dan gangguan tidur dengan kecanduan media sosial pada remaja di SMA N 9 Padang. Diharapkan pihak sekolah memberikan bimbingan konseling terkait penggunaan media sosial sehingga siswa tidak berujung pada kecanduan media sosial.

Kata Kunci : Remaja, Kecemasan, Kesepian, Gangguan Tidur, Kecanduan Media Sosial

Daftar Pustaka : 102 (1989-2023)

**NURSING FACULTY  
ANDALAS UNIVERSITY  
July 2023**

Name : Zahratul 'Alini  
NIM : 1911312004

*The Relationship between Anxiety, Loneliness, and Sleep Disturbances  
in Adolescents at SMA N 9 Padang.*

**ABSTRACT**

Adolescents are the age group with the most social media addiction compared to other ages. Addiction to social media in adolescents is caused by several factors, including anxiety, loneliness and sleep disturbances. The aim of this study was to determine the relationship between anxiety, loneliness, and sleep disturbances with social media addiction in adolescents at SMA N 9 Padang. This research is a quantitative study with a cross sectional design. The population in this study were students of class X and XI with a total sample of 290 students with the sampling technique using convenience sampling technique. The instruments used were the Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS) for social media addiction, the Zung Self-Rating Anxiety Scale (SAS/SRAS) for anxiety, the UCLA Loneliness Scale Version 3 for loneliness, and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) for sleep disorders. The results showed that respondents experienced severe addiction (10.7%), (21.4%) respondents experienced severe anxiety, and (4.8%) respondents experienced severe loneliness, and most of the respondents experienced poor sleep quality (74.5%). The results of the chi square test obtained  $p = 0.013$  for anxiety,  $p = 0.010$  for loneliness, and  $p = 0.033$  for loneliness, meaning that there is a significant relationship between anxiety, loneliness, and sleep disorders with social media addiction in adolescents at SMA N 9 Padang. It is hoped that the school will provide counseling regarding the use of social media so that students do not end up addicted to social media.

**Keywords** : Adolescents, Anxiety, Loneliness, Sleep Disturbance, Social Media Addiction

**Bibliography** : 102 (1989-2023 )