

# Analisis pengaruh penggunaan dan konten media sosial terhadap kesehatan mental = Analysis of the effects of social media use and social media content to mental health

Selina Maurizka, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20514870&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Media sosial saat ini telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari banyak orang di Indonesia. Media sosial dapat memberikan dampak positif pada penggunaannya, antara lain mudah untuk berkomunikasi dengan orang lain dan mudah untuk mencari informasi. Namun, media sosial juga memberikan beberapa dampak negatif terhadap penggunaannya. Salah satunya adalah penggunaan media sosial dan konten-konten dari media sosial dapat memengaruhi kesehatan mental seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor penggunaan dan konten media sosial terhadap kesehatan mental. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan kuesioner online untuk pengumpulan data. Jumlah responden dari penelitian ini adalah 1.402 responden. Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan metode regresi linier berganda dengan hubungan mediasi. Software yang digunakan untuk mengolah data adalah SPSS IBM versi 25 menggunakan add-on PROCESS macro dari Andrew F. Hayes. Penelitian ini menunjukkan bahwa social media use, social media content, emotion regulation, perceived stress, dan poor sleep memengaruhi depressive symptoms. Hasil penelitian ini dapat membantu regulator dan penyedia layanan kesehatan memberikan fasilitas yang lebih baik dalam menangani kasus kesehatan mental terutama akibat penggunaan dan konten media sosial. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu pengembang media sosial untuk mengembangkan fitur-fitur yang menyediakan lingkungan online yang aman bagi pengguna media sosial. ....Social media is now part of the daily lives in Indonesia. Social media can have positive impacts on users. The positive impacts of social media are easy to communicate with others and easy to find information. However, social media also has several negative impacts on its users. One of them is the use and content of social media can affect one's mental health. This study aims to analyze the factors of social media use and content on mental health. This research uses a quantitative approach with an online questionnaire for data collection. Respondents from this study were 1,402 respondents. The collected data was analyzed using multiple linear regression method with mediation relationship. The tool used to process the data is IBM SPSS version 25 using add-on PROCESS macro from Andrew F. Hayes. This research shows that social media use, social media content, emotion regulation, perceived stress, and poor sleep affects depressive symptoms. The results of this study can help regulators and health service providers to provide better facilities in handling mental health cases especially due to the use and content of social media. The results of this study are expected to help social media developers to develop features that provide a safe online environment for social media users.