

# Penggunaan Facebook dan Masalah Kesehatan Mental: Bagaimana Penggunaan Facebook Berhubungan dengan Kecemasan, Depresi, dan Self-Esteem = Facebook Use and Mental Health Issues: How Facebook Use Correlates with Anxiety, Depression, and Self-Esteem

Nabila Yasmin, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20517985&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Terlepas dari keuntungan yang menjanjikan terkait dengan penggunaan situs jejaring sosial (SNS), banyak kekhawatiran telah dikaitkan dengan intensitas penggunaan SNS yang tinggi, termasuk intensitas penggunaan Facebook. Untuk menguji hubungan antara intensitas penggunaan Facebook dan kesehatan mental penggunanya (yaitu: tingkat kecemasan, depresi, dan self-esteem), kami menyebarkan kuesioner online ke 852 sampel komunitas (Musia = 28,89, SD = 13,98). Studi kami menemukan bahwa penggunaan Facebook (M = 3,39, SD = 1,62) dikaitkan dengan kesehatan mental yang lebih baik secara keseluruhan, khususnya dengan kecemasan yang lebih rendah ( $r = -.07$ ,  $p = .041$ ), depresi yang lebih rendah ( $r = -.11$ ,  $p = .001$ ), dan tingkat self-esteem yang lebih tinggi ( $r = .14$ ,  $p < .001$ ). Studi ini memberikan perspektif baru dalam area penelitian ini, sehingga penggunaan Facebook dengan intensitas yang rendah hingga sedang dapat meningkatkan kesehatan mental penggunanya.

.....Despite the promising advantages linked with the use of social networking sites (SNS), numerous concerns have been associated with high intensity of SNS use, including Facebook use intensity. To examine the relationship between Facebook use intensity and its users' mental health (i.e., anxiety, depression, and self-esteem levels), we disseminated an online questionnaire to 852 community samples (Mage = 28.89, SD = 13.98). Our study found that Facebook use (M = 3.39, SD = 1.62) was associated with an overall better mental health, such that it was associated with lower anxiety ( $r = -.07$ ,  $p = .041$ ), lower depression ( $r = -.11$ ,  $p = .001$ ), and higher self-esteem levels ( $r = .14$ ,  $p < .001$ ). This study provides a novel perspective within this research area, such that low to moderate use of Facebook could enhance the mental health of its users.