

ABSTRAK

Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Kecemasan Sosial pada Remaja di SMAN 1 Payangan

Ni Wayan Sudarmini¹, Anak Agung Sri Sanjiwani², I Gusti Ayu Putu Satya Laksmi³

Masa remaja merupakan fase perkembangan dengan peningkatan kebutuhan interaksi sosial. Perkembangan media sosial mengubah cara remaja berinteraksi, yang dapat memengaruhi kondisi psikologis seperti kecemasan sosial. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan durasi penggunaan media sosial dengan tingkat kecemasan sosial pada remaja di SMAN 1 Payangan. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif analitik dengan desain *cross-sectional*. Populasi berjumlah 482 orang dengan sample 219 orang yang dipilih melalui *stratified random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner durasi penggunaan media sosial dan skala kecemasan sosial, dianalisis dengan uji korelasi Rank Spearman. Hasil menunjukkan sebagian besar responden menggunakan media sosial dengan durasi sedang (42,5%) dan tinggi (36,1%). Tingkat kecemasan sosial mayoritas berada pada kategori sedang (53,4%) dan rendah (42,5%). Hasil uji korelasi menunjukkan nilai $p = 0,739$ dan $r = 0,023$, menandakan tidak ada hubungan signifikan antara durasi penggunaan media sosial dan kecemasan sosial. Temuan ini mengindikasikan bahwa kecemasan sosial pada remaja lebih dipengaruhi oleh faktor psikososial lain seperti kualitas interaksi sosial, dukungan teman sebaya, regulasi emosi, dan kepercayaan diri, dibandingkan oleh lamanya waktu penggunaan media sosial semata.

Kata kunci: durasi penggunaan, kecemasan sosial, media sosial, remaja.

ABSTRACT

The Correlation between the Duration of Social Media Use and Social Anxiety in Adolescents at SMAN 1 Payangan

Ni Wayan Sudarmini¹, Anak Agung Sri Sanjiwani², I Gusti Ayu Putu Satya Laksmi³

Adolescence is a developmental stage marked by increased social interaction needs. Social media has changed the way adolescents interact, potentially affecting psychological conditions such as social anxiety. This study aimed to examine the relationship between social media usage duration and social anxiety levels in adolescents at SMAN 1 Payangan. This analytic quantitative study with a cross-sectional design involved 482 populations, selected 219 populations through stratified random sampling. Data were collected using questionnaires on social media usage duration and a social anxiety scale, then analyzed using Spearman's rank correlation. Most respondents used social media for a moderate (42.5%) or high (36.1%) duration. Social anxiety levels were mostly moderate (53.4%) or low (42.5%). Spearman's rank correlation showed $p = 0.739$ and $r = 0.023$, indicating no significant relationship between social media usage duration and social anxiety. This finding indicates that adolescents' social anxiety is more strongly influenced by other psychosocial factors, such as the quality of social interactions, peer support, emotional regulation, and self-confidence, rather than merely by the duration of social media use.

Keywords: *adolescents, social anxiety, social media, usage duration.*