

PENGARUH MEDIA SOSIAL TERHADAP KECEMASAN MASYARAKAT MENGENAI BERITA COVID-19

THE INFLUENCE OF SOCIAL MEDIA ON ANXIETY IN SOCIETY ABOUT THE COVID-19 NEWS

Oleh: risa tahera, bimbingan dan konseling, fakultas ilmu pendidikan, universitas negeri yogyakarta
risa.tahera2016@student.uny.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media sosial terhadap kecemasan masyarakat mengenai berita Covid-19 dan seberapa besar pengaruhnya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survey. Subjek penelitian adalah masyarakat Dusun Krucil, Desa Winong, Kec. Bawang, Kab. Banjarnegara berjumlah 104 orang. Instrumen yang digunakan adalah skala media sosial dan skala kecemasan. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear sederhana bertaraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa presentase paparan media sosial sebagian besar pada kategori sedang (72,1%) dan presentase kecemasan juga berada pada kategori sedang (69,2%). Media sosial berpengaruh terhadap kecemasan mengenai berita Covid-19 (nilai sig 0,021 < 0,05). Media sosial memberikan pengaruh sebesar 5,1% sedangkan 94,9% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: media sosial, kecemasan, covid-19

Abstract

This study aims to determine the influence of social media on anxiety in society about the Covid-19 news and how much the influence it has. The research approach used is quantitative approach with survey method. The research subject were 104 people in Krucil Hamlet, Winong, Bawang, Banjarnegara. The instrument used is scale of social media and scale of anxiety. The data analysis technique used is simple linear regression with a significance level of 5%. The result showed that the percentage of social media was mostly in the medium category (72,1%) and the percentage of anxiety levels was also in the medium category (69,2%). Social media has an effect on anxiety in society about the Covid-19 news (sig 0,021 < 0,05). Social media has an effect of 5,1% while 94,9% is influenced by other factors.

Keywords: social media, anxiety, covid-19

PENDAHULUAN

Media sosial menjadi hal yang tidak terpisahkan dari kehidupan masyarakat di era modern seperti saat ini. Media sosial digemari oleh masyarakat karena menyediakan berbagai macam informasi terbaru dan bisa menjadi sarana hiburan juga untuk berinteraksi secara jarak jauh. Selain itu, masyarakat dapat mengunggah konten-konten secara bebas di media sosial. Koo, dkk (2016: 7) mendefinisikan media sosial sebagai suatu tempat yang mempertemukan para pengguna yang saling kenal di dunia nyata ataupun yang tidak saling mengenal untuk dapat berinteraksi dan berbagi pengalaman kepada

pengguna lainnya. Selanjutnya, menurut Kaplan & Haenlein (2010: 61), media sosial memungkinkan adanya pertukaran *User Generated Content* (UGC) yang merupakan tulisan, foto, video, dan ulasan yang dibuat oleh para pengguna media sosial.

Media sosial membuat masyarakat memiliki kebebasan untuk berekspresi, berpendapat dan juga saling berbagi informasi. Hal ini dapat berdampak positif dan negatif. Menurut Withing, dkk. (2013: 366), dampak positif media sosial seperti sebagai sarana interaksi sosial, berbagi dan mencari informasi, hiburan, relaksasi, mengungkapkan pendapat,

mengekspresikan diri, dan sebagainya. Dampak negatifnya seperti penyebaran hoaks, provokatif, ujaran kebencian, penyampaian informasi yang berlebihan, dan sebagainya yang dapat memicu permasalahan pada psikologis seseorang. Woods & Scott, 2016: 45) menyatakan bahwa media sosial dapat berdampak pada ketidak stabilan emosi, kecemasan, depresi, lesu, dan masalah kesehatan lainnya.

Adanya media sosial membuat informasi-informasi menjadi cepat tersebar, seperti berita tentang Covid-19. Covid-19 merupakan suatu penyakit baru yang disebabkan oleh virus dan penyebarannya sangat cepat. Covid-19 telah menyerang hampir seluruh negara di dunia termasuk Indonesia, oleh sebab itu Covid-19 ini di kategorikan sebagai pandemi.

Pandemi Covid-19 menjadi berita utama pada akhir 2019 dan sepanjang tahun 2020. Berbagai media memberitakan Covid-19 setiap harinya, tidak terkecuali di media sosial. Di media sosial, berita Covid-19 tidak hanya diunggah oleh pihak-pihak seperti pemerintah dan tenaga medis, akan tetapi juga diunggah oleh masyarakat pengguna media sosial. Berita-berita yang diunggah di media sosial meliputi informasi angka positif, angka kesembuhan, upaya pencegahan, dan juga angka kematian. Hal itu membuat masyarakat setiap hari dihadapkan oleh berita tentang Covid-19.

Berita-berita di media sosial ini membuat seseorang terpapar media sosial. Paparan media sosial atau *media exposure* merupakan suatu kondisi sejauh mana audiens menerima pesan dan media yang spesifik (Slater, 2004: 168). Almaida, dkk. (2020: 4) menyatakan paparan media sosial

pada seseorang dapat dilihat melalui tiga faktor, yaitu frekuensi, durasi, dan atensi. Frekuensi dapat dilihat dari seberapa sering seseorang melihat, membaca, dan mendengarkan pesan dari media, sedangkan durasi merupakan lama waktu seseorang dalam menyimak media. Selanjutnya, atensi dapat dilihat dari perhatian seseorang terhadap suatu media atau pesan yang disampaikan melalui media.

Berita-berita Covid-19 di media sosial dapat menimbulkan permasalahan pada seseorang seperti gangguan psikologis. Pada penelitian yang dilakukan oleh Zhao dan Zhou terhadap mahasiswa di China, mereka menemukan bahwa penggunaan media sosial selama pandemi Covid-19 berkaitan dengan kesehatan mental. Mereka menyatakan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan media sosial dengan *secondary traumatic stress* ($b = 0,18; p < 0,001$), depresi ($b = 0,11; p = 0,19$) dan kecemasan ($b = 0,12 ; p = 0,014$) yang signifikan. Dari perolehan data tersebut, maka disimpulkan bahwa semakin tinggi penggunaan media sosial, maka menimbulkan kesehatan mental yang lebih buruk (Zhao & Zhou, 2020: 1). Sejalan dengan itu, dalam penelitian Roy, dkk. (2020: 2) pada 662 responden menghasilkan data bahwa 40% responden mengalami paranoid dengan pikiran bahwa mereka terinfeksi Covid-19, 72% responden menyatakan khawatir pada diri sendiri dan orang terdekatnya terpapar virus corona, 41% responden merasa takut pada saat seseorang dilingkungannya jatuh sakit, 37% mengaku menggunakan masker meskipun tidak ada gejala Covid-19, 75% merasa perlu menggunakan *handsanitizer* dan sarung tangan, 85%

menyatakan mereka sering mencuci tangan, dan hampir separuh responden merasa panik dengan laporan-laporan pandemi Covid-19 di media. Dari data tersebut, mereka menyimpulkan pemberitaan Covid-19 di media sosial yang secara terus-menerus dan informasi berlebihan tentang pandemi Covid-19 menyebabkan kecemasan, kebingungan, dan ketakutan pada masyarakat.

Kecemasan pada seseorang dapat timbul dari beberapa faktor, yaitu faktor biologi, lingkungan, kognitif, dan emosional (Nevid, Rathus, Greene, 2014: 162). Pandemi Covid-19 ini merupakan penyebab kecemasan yang berasal dari lingkungan. Menurut Donsu (2017: 158), gejala seseorang mengalami kecemasan meliputi gejala fisiologi, afeksi, kognitif, dan tingkah laku. Gejala fisiologi seperti sakit kepala, lemas, badan pegal, jantung berdebar, dan keluhan fisik lainnya. Selanjutnya, gejala afeksi meliputi perasaan sedih, khawatir, dan sebagainya. Seseorang yang mengalami kecemasan juga menjadi waspada dan memikirkan hal yang menjadi ancamannya secara terus-menerus. Gejala yang terakhir yaitu tingkah laku yang gelisah, cenderung menghindari dari lingkungan, dan sebagainya.

Gejala-gejala kecemasan seperti telah disebutkan sebelumnya, terlihat pada masyarakat Dusun Krucil, Desa Winong, Kecamatan Bawang, Kabupaten Banjarnegara. Peneliti melakukan observasi dan wawancara pada beberapa warga terkait aktivitas dan kondisi selama pandemi Covid-19. Selama pandemi Covid-19, masyarakat Dusun Krucil mengalihkan kegiatan-kegiatan kemasyarakatan seperti pengajian dan kumpul RT menjadi *online* dan

meniadakan kegiatan seperti gotong royong untuk sementara waktu. Selain itu, masyarakat juga menggunakan masker ketika keluar rumah meskipun tidak mengalami gejala terpapar virus corona, rutin mengonsumsi suplemen agar kesehatan terjaga, dan terlihat adanya tempat cuci tangan di depan rumah warga agar sebelum masuk ke rumah mencuci tangan terlebih dahulu. Selanjutnya, beberapa warga yang diwawancarai menyatakan bahwa mereka merasa sedih terhadap kondisi pandemi Covid-19 yang dikabarkan di media sosial. Dari berita-berita di media sosial yang mereka simak, kehidupannya mengalami perubahan kebiasaan. Mereka menjadi lebih waspada dan berusaha untuk mematuhi protokol kesehatan. Mereka juga merasakan adanya kekhawatiran saat berada dikeramaian. Selain itu, diantara mereka ada yang menyatakan bahwa pernah mengalami gejala-gejala virus corona dan langsung memeriksa indra penciumannya. Ada juga warga yang kesehatannya terganggu serta mengalami gejala-gejala virus corona kemudian dilarikan ke rumah sakit tetapi hasil *swab test* negatif. Warga tersebut menjelaskan bahwa ia merasa khawatir, cemas, lemah, lesu, demam, mual, serta tidak nafsu makan saat mengetahui keluarganya ada yang terpapar Covid-19 dan mendapatkan berbagai informasi di media sosial bahwa beberapa rekannya kehilangan keluarga karena Covid-19.

Berdasarkan dari paparan di atas, maka penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui apakah media sosial yang memberitakan pandemi Covid-19 berpengaruh terhadap kecemasan masyarakat Dusun Krucil, Desa Winong, Kecamatan Bawang, Kabupaten Banjarnegara.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode survey. Menurut Sugiyono (2015: 12), metode survey merupakan metode yang digunakan untuk mendapatkan data di suatu tempat yang alamiah (bukan buatan) dan peneliti melakukan perlakuan berupa pengumpulan data seperti kuesioner, wawancara, dan sebagainya.

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif karena data hasil penelitian diukur dan dikonversikan dalam bentuk angka dan dianalisis dengan teknik statistik.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Dusun Krucil, Desa Winong, Kecamatan Bawang, Kabupaten Banjarnegara, Jawa Tengah dan dilaksanakan pada bulan Februari 2021.

Populasi-Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah masyarakat Dusun Krucil, Desa Winong, Kec. Bawang, Kab. Banjarnegara yang memiliki akun media sosial berjumlah 141 orang.

Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dan jumlah sample ditentukan dengan Rumus Slovin derajat ketelitian 5% dan mendapatkan jumlah sampel 104 orang berusia antara 13-64 tahun yang memiliki akun media sosial. Demografi sampel penelitian yaitu berdasarkan jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir, dan jenis pekerjaannya.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini menggunakan instrumen berupa skala media sosial dan skala

kecemasan. Skala media sosial yang digunakan adalah modifikasi dari “*Statement of Social Networking Usage Questionnaire*” (Gupta & Bashir, 2018), “*SNSs (Social Network Sites) Featured Usage Scale*” (Shi, dkk., 2014), dan “*Exposure to Different Coronavirus-related Information*” (Liu, 2020). Skala kecemasan yang digunakan adalah modifikasi dari “*Fear of Covid-19 Scale*” (Ahorsu, dkk., 2020), “*The Covid-19 Stress Scale (CSS)*” (Taylor, dkk., 2020), dan “*Anxiety Related to Covid-19 Pandemic*” yang disusun oleh Roy, dkk. (2020). Penelitian ini menggunakan modifikasi skala *likert* dengan menghilangkan pilihan jawaban netral.

Skala disajikan dalam pernyataan *favourable* dan *unfavourable* dengan empat preferensi jawaban yaitu sangat sering, sering, jarang, dan tidak pernah pada skala media sosial. Selanjutnya, sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS) pada skala kecemasan. Sangat sering/sangat sesuai (SS) bernilai 4, sering/sesuai (S) bernilai 3, jarang/tidak sesuai (TS) bernilai 2, dan tidak pernah/sangat tidak sesuai (STS) bernilai 1 pada pernyataan *favourable*. Pada pernyataan *unfavourable*, skor kebalikan dari pernyataan *favourable*.

Dilakukan uji coba instrumen untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen. Setelah uji coba, didapatkan jumlah item skala media sosial 16 item dan skala kecemasan 29 item.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis kuantitatif karena data yang dihasilkan berupa angka. Uji

prasyarat analisis berupa uji normalitas dan uji linearitas, serta uji hipotesis menggunakan analisis regresi sederhana.

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah skor variabel yang diteliti terdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* melalui *IBM Statistics 25 for Windows Version* dengan taraf signifikansi 5%. Data dikatakan terdistribusi normal jika nilai sig > 0,05. Selanjutnya uji linearitas menggunakan pengujian *Test for Linearity* juga dengan bantuan *IBM Statistics 25 for Windows Version*. Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel memiliki hubungan yang linear atau tidak. Data dikatakan linear jika $p > 0,05$.

Uji hipotesis menggunakan analisis regresi sederhana dengan tujuan untuk memprediksi suatu gejala pada suatu variabel dari variabel lain (Setiawati, 2017: 170). Pengolahan datanya menggunakan *IBM Statistic 25 for Windows Version*. Rumus yang digunakan adalah:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

- Y : nilai variabel terikat
- a : nilai konstanta
- b : koefisien regresi
- X : nilai variabel bebas

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Deskripsi Data Media Sosial

Paparan media sosial dihitung menggunakan skala *likert* yang telah dimodifikasi dengan nilai skor 1 sampai 4. Jumlah total pernyataan pada skala adalah 16 item. Berikut ini merupakan hasil dari perhitungan data yang diperoleh dari skala

media sosial menggunakan bantuan *IBM SPSS Statistic 25 for Windows*.

Tabel 1. Deskripsi Data Media Sosial

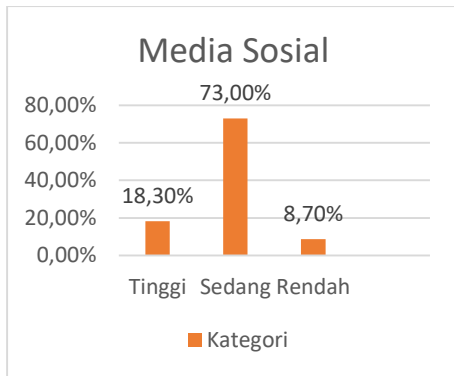
Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
media_sosial	104	25	55	41.69	5.361
Valid N (listwise)	104				

Tabel di atas menunjukkan data empirik yang diperoleh dari penelitian, selanjutnya data tersebut digunakan untuk kategorisasi yang dibagi menjadi tiga bagian yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

Tabel 2. Kategorisasi Media Sosial

Kategorisasi	Rentang Skor	Skor	Frekuensi	Presentase
Tinggi	$(\mu + 1,0\sigma) \leq \text{Skor}$	$47 \leq \text{Skor}$	19	18,3 %
Sedang	$(\mu - 1,0\sigma) \leq \text{Skor} < (\mu + 1,0\sigma)$	$36 \leq \text{Skor} < 47$	75	72,1%
Rendah	$\text{Skor} < (\mu - 1,0\sigma)$	$\text{Skor} < 36$	10	9,6 %
Jumlah			104	100 %

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa paparan media sosial pada masyarakat Dusun Krucil sebagian besar masuk pada kategori sedang dan dapat dilihat dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Nilai Presentase Media Sosial

2. Deskripsi Data Kecemasan

Kecemasan dihitung menggunakan skala *likert* yang telah dimodifikasi dengan nilai skor 1 sampai 4. Jumlah total pernyataan pada skala adalah 29 item. Berikut merupakan hasil dari perhitungan data yang diperoleh dari skala kecemasan menggunakan bantuan *IBM SPSS Statistic 25 for Windows*.

Tabel 3. Deskripsi Data Kecemasan

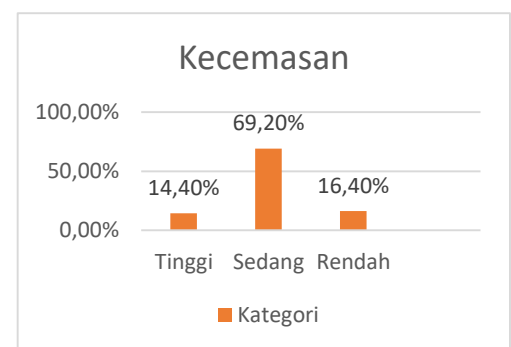
Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecemasan	104	64.00	108.00	87.9231	8.63914
Valid N (listwise)	104				

Tabel di atas menunjukkan data empirik yang diperoleh dari penelitian, selanjutnya data tersebut digunakan untuk kategorisasi yang dibagi menjadi tiga bagian yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

Tabel 4. Kategorisasi Kecemasan

Kategori	Rentang Skor	Skor	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$(\mu + 1,0\sigma) \leq \text{Skor}$	$97 \leq \text{Skor}$	15	14,4 %
Sedang	$(\mu - 1,0\sigma) \leq \text{Skor} < (\mu + 1,0\sigma)$	$79 \leq \text{Skor} < 97$	72	69,2 %
Rendah	$\text{Skor} < (\mu - 1,0\sigma)$	$\text{Skor} < 79$	17	16,4 %
Jumlah			104	100 %

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan pada masyarakat Dusun Krucil sebagian besar masuk pada kategori sedang dan dapat dilihat dalam bentuk grafik sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Nilai Presentase Kecemasan

3. Uji Normalitas

Uji Normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Komolgorov-Smirnov Test* dengan bantuan *IBM SPSS Statistic 25 for Windows*. Data hasil uji normalitas skala media

sosial dan skala kecemasan dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas Skala Media Sosial dan Skala Kecemasan

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		104
Normal Parameters ^{a, b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.41585718
Most Extreme Differences	Absolute	.049
	Positive	.049
	Negative	-.043
Test Statistic		.049
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c, d}
a. Test distribution is Normal. b. Calculated from data. c. Lilliefors Significance Correction.		

Berdasarkan tabel tersebut, nilai Asymp. Sig. (p) sebesar 0,2 maka data tersebut dikatakan berdistribusi normal karena nilai $p > 0,05$.

4. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan menggunakan *IBM SPSS Statistic 25 for Windows*. Hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6. Hasil Uji Linearitas Skala Media Sosial dan Skala Kecemasan

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
kecemasan * media_sosial	Between Groups	(Combined)	2604.753	24	108.531	1.687	.044
		Linearity	392.239	1	392.239	6.097	.016
		Deviation from Linearity	2212.513	23	96.196	1.495	.097
	Within Groups		5982.632	79	64.337		
	Total		7687.385	103			

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat nilai Sig. *Deviation from Linearity* sebesar 0,097 yang berarti hubungan antar variabel bersifat linear karena nilai $p > 0,05$.

5. Uji Analisis Regresi Sederhana

Uji hipotesis menggunakan analisis regresi sederhana dengan bantuan *IBM SPSS Statistic 25 for Windows*.

Hipotesis dari penelitian ini adalah media sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap kecemasan masyarakat Dusun Krucil, Desa

Winong, Kec. Bawang, Kab. Banjarnegara mengenai berita Covid-19. Hasil uji hipotesis pada variabel media sosial dan kecemasan dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 7. Hasil Uji Analisis Regresi Sederhana

Coefficients ^a						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	72.746	6.533		11.134	.000
	media sosial	.364	.155	.226	2.342	.021

a. Dependent Variable: kecemasan

Berdasarkan pada tabel tersebut, dapat dilihat bahwa nilai *Constan* (a) adalah 72,746 dan nilai variabel media sosial (b) adalah 0,364. Persamaan regresinya dapat ditulis sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$

$$Y = 72,746 + 0,364X$$

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa nilai konstan variabel kecemasan adalah 72,746 yang berarti jika tidak terdapat media sosial (X), maka nilai kecemasan (Y) adalah 72,746. Nilai koefisien regresi X adalah 0,364 menandakan bahwa setiap penambahan 1% nilai paparan media sosial, maka nilai kecemasan akan bertambah 0,364. Koefisien regresi bernilai positif, sehingga dapat disimpulkan bahwa pengaruh media sosial terhadap kecemasan mengenai berita Covid-19 bersifat positif.

Berdasarkan tabel di atas diketahui t hitung adalah 2,342 dan t tabel 1,65993, maka $2,342 > 1,65993$ atau t hitung $>$ t tabel. Selanjutnya dilihat dari nilai Sig. untuk variabel media sosial diperoleh nilai 0,021 yang berarti $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa media sosial berpengaruh terhadap kecemasan.

Selanjutnya, untuk mengetahui besarnya pengaruh variabel X terhadap variabel Y dapat

dilihat pada nilai R Square yang diperoleh pada analisis regresi sederhana sebagai berikut:

Tabel 8. Koefisien Determinasi (R Square)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.226 ^a	.051	.042	8.457
a. Predictors: (Constant), media sosial				

Berdasarkan tabel di atas, besarnya R Square adalah 0,051 yang berarti bahwa media sosial memiliki pengaruh positif sebesar 5,1% terhadap kecemasan masyarakat Dusun Krucil, Desa Winong, Kec. Bawang, Kab. Banjarnegara mengenai berita Covid-19, sedangkan 94,9% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial berpengaruh terhadap kecemasan yang dialami oleh masyarakat Dusun Krucil, Desa Winong, Kec. Bawang, Kab. Banjarnegara mengenai berita Covid-19. Oleh karena itu, hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima. Pengaruh bersifat positif dimana semakin tinggi paparan media sosial maka kecemasan semakin meningkat. Paparan media sosial yang diterima oleh masyarakat sebagian besar termasuk dalam kategori sedang, meliputi durasi, frekuensi, dan atensi penggunaan media sosial tentang berita Covid-19 di media sosial. Selanjutnya, tingkat kecemasan yang dialami oleh masyarakat sebagian besar juga termasuk dalam kategori sedang. Faktor kecemasan yang dipengaruhi oleh paparan media sosial yaitu berupa fisiologi, kognitif-emosional, dan tingkah laku. Fisiologi yang dipengaruhi oleh paparan media sosial diantaranya reaksi-reaksi tubuh berupa jantung

berdebar, badan terasa lemas, dan gelisah karena mendapat berita tentang Covid-19 yang semakin banyak memakan korban, kemudian merasakan gejala-gejala pasien Covid-19 seperti demam dan tenggorokan kering. Selanjutnya faktor kognitif-emosional yang dipengaruhi oleh paparan media sosial berupa perasaan takut jika diri sendiri ataupun keluarga terkena penyakit Covid-19, perasaan sedih saat mendapatkan berita bahwa pasien Covid-19 semakin bertambah setiap harinya, kekhawatiran, kepanikan, dan juga berpikir berlebihan tentang kondisi kehidupan selanjutnya karena Covid-19. Faktor selanjutnya adalah tingkah laku seperti menjaga jarak dan lebih menjaga kesehatan dan kebersihan. Berita-berita Covid-19 di media sosial menginformasikan tentang anjuran dari presiden dan juga tenaga medis agar masyarakat melakukan jaga jarak dan menjaga kebersihan seperti rajin mencuci tangan, memakai masker mulut, menyediakan *handsanitizer* untuk membersihkan tangan, dan menghindari tempat-tempat keramaian.

Peninjauan lebih lanjut, penelitian ini dilakukan pada 104 subjek, dengan 58 subjek berjenis kelamin perempuan dan 46 subjek berjenis kelamin laki-laki. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 15,2% subjek laki-laki terkena paparan media sosial yang tinggi, 78,3% terkena paparan media sosial sedang, dan 6,5% terkena paparan media sosial rendah. Tingkat kecemasan subjek laki-laki 10,9% tinggi, 71,7% sedang, dan 17,4% rendah. Selanjutnya, pada subjek perempuan hasil penelitian menunjukkan bahwa 20,7% terkena paparan media sosial yang tinggi, 67,3% sedang, dan 12% rendah. Tingkat

kecemasan subjek perempuan 17,2% tinggi, 67,2% sedang, dan 15,6% menunjukkan tingkat kecemasan yang rendah.

Berdasarkan jumlah subjek dapat dilihat bahwa subjek perempuan lebih banyak dibanding subjek laki-laki, akan tetapi hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa antara pengaruh media sosial dan kecemasan yang diterima oleh subjek perempuan dan laki-laki tidak ada perbedaan yang mencolok diantara kedua subjek.

Selanjutnya ditinjau dari usia, tiga subjek berusia 55-64 tahun seluruhnya terpapar media sosial yang tinggi. Pada usia lain, kategori tertinggi ada pada usia 18-24 tahun yaitu 22,2% dari 18 subjek. Kelompok usia lain sebagian besar ada di kategori sedang, dengan presentase tertinggi pada usia 25-34 tahun dan 35-44 tahun. Pada tingkat kecemasannya, pada kategori tinggi yaitu usia 55-64 tahun dengan presentase 33,3% dan usia 35-44 tahun dengan presentase 25,8 % dari jumlah subjek pada usia tersebut. Kelompok usia lain sebagian besar ada pada kategori sedang, presentase tertinggi kategori sedang yaitu usia 45-54 tahun dengan presentase 80% dan usia 25-34 tahun dengan presentase 69,5%. Berdasarkan data tersebut, maka paparan media sosial yang tinggi dapat menimbulkan kecemasan yang tinggi juga.

Ditinjau dari segi pendidikan terakhir, paparan media sosial pada masing-masing kelompok sebagian besar pada kategori sedang yaitu pada kelompok SMP Sederajat (71,4%), SMA Sederajat (73,4%), dan Strata (69,5%). Pada kategori tinggi yaitu SMP Sederajat (14,3%), SMA (16,6%), dan Strata (26%). Pada tingkat kecemasan masing-masing kelompok sebagian besar juga pada kategori sedang yaitu kelompok

SMP Sederajat (52,4%), SMA Sederajat (73,3%), dan Strata (73,9%), sedangkan pada kategori tinggi SMP Sederajat (4,8%), SMA Sederajat (16,6%), Strata (17,4%). Dari data tersebut, kelompok SMA Sederajat dan Strata tingkat penggunaan media sosial dan tingkat kecemasannya lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok SMP Sederajat.

Selanjutnya ditinjau dari pekerjaan, sebagian besar paparan media sosialnya juga berada pada kategori sedang dengan presentase tertinggi adalah pegawai swasta (87,5%) dan karyawan (85%). Pada tingkat kecemasan sebagian besar juga berada pada kategori sedang dengan presentase tertinggi adalah karyawan (85%) dan peternak (80%) yang paparan media sosialnya berada pada kategori tinggi dan sedang saja, tidak ada pada kategori rendah. Selain kelompok tersebut, satu subjek memiliki pekerjaan sebagai seorang perawat dengan tingkat penggunaan media sosial sedang, akan tetapi tingkat kecemasannya tinggi. Hal ini berarti masih banyak faktor lain yang menyebabkan timbulnya kecemasan pada individu.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Nevid, Rathus, dan Greene (2014: 162) yang menyatakan salah satu faktor penyebab kecemasan pada individu adalah faktor sosial dan lingkungan yang berupa paparan dari peristiwa traumatis seperti bencana. Covid-19 sebagai bencana non alam telah melanda hampir di seluruh negara yang mengakibatkan kemunduran dalam berbagai aspek kehidupan seperti kehilangan pekerjaan dan kehilangan orang-orang terkasih yang meninggal akibat penyakit Covid-19. Peristiwa ini menjadi sorotan dan berita utama

di dunia, berbagai media termasuk media sosial yang memaparkan informasi-informasi mengenai Covid-19 setiap hari. Hal ini juga berkaitan dengan pendapat Woods & Scott (2016: 45) tentang dampak negatif dari penggunaan media sosial yaitu kecemasan dan ketidak stabilan emosi. Kecemasan timbul karena di media sosial postingan dapat diakses secara bebas oleh pengguna termasuk konten yang dapat memicu perubahan emosi, seperti pada berita tentang Covid-19 yang memunculkan para tenaga medis tengah menggunakan APD dalam menjalankan tugasnya untuk melindungi diri dari virus Covid-19, pusat-pusat isolasi bagi pasien Covid-19 yang dipenuhi banyak orang, serta unggahan foto ataupun video yang memperlihatkan korban meninggal dari penyakit Covid-19. Oleh sebab itu, unggahan-unggahan yang ada di media sosial tersebut dapat menimbulkan kecemasan pada para penggunanya.

Faktor penyebab kecemasan tidak hanya berasal dari sosial dan lingkungan, menurut Nevid, Rathus, dan Greene (2014: 162), kecemasan juga dapat disebabkan oleh dari kondisi biologis, kognitif, dan emosi. Hal ini turut menjelaskan hasil penelitian yang menyatakan bahwa 94,9% kecemasan dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan pada penelitian ini yaitu demografi dari subjek penelitian tidak mengikut sertakan riwayat penyakit dan riwayat terpapar Covid-19 yang mungkin akan berdampak besar pada kecemasan yang dialami oleh individu.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa media sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap kecemasan mengenai berita Covid-19. Pengaruh yang diberikan bersifat positif berarti semakin tinggi paparan media sosial maka kecemasan semakin meningkat. Media sosial berpengaruh positif sebesar 5,1% terhadap kecemasan masyarakat Dusun Krucil, Desa Winong, Kec. Bawang, Kab. Banjarnegara mengenai berita Covid-19 sedangkan 94,9% kecemasan dipengaruhi oleh faktor lain.

Saran

Berdasarkan dari penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan referensi dan dapat lebih dikembangkan. Peneliti dapat memperluas sasaran penelitian dan menambahkan variabel-variabel lain yang diperkirakan menjadi faktor penyebab kecemasan.
2. Bagi masyarakat, meskipun presentase pengaruh media sosial terhadap kecemasan sebesar 5,1%, masyarakat tetap disarankan dalam menerima berita-berita Covid-19 di media sosial dapat ditanggapi secara bijak agar kecemasan tidak bertambah.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahorsu, D.K., Lin, C.Y., dkk. (2020). The Fear of Covid-19 Scale: Development and Initial Validation. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 1-9.
- Almaida, F., Hartono, A., Anggraini, R., dkk. 2020. Terpaan Media Sosial dan Ekuitas

- Merek: Studi Eksplanatif Pada Bogor Coklat & Snack. *Acta Diurna*, 16 (1).
- Donsu, J.D.T. (2017). *Psikologi Keperawatan "Aspek-Aspek Psikologi Kosep Dasar Psikologi Teori Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Gupta, S., & Bashir, L. (2018). Social Networking Usage Questionnaire: Development and Validation in An Indian Higher Education Context. *Turkish Online Journal of Distance Education*, Vol.19 No. 4.
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business horizons*, 53(1), 59-68.
- Koo, C., Joun, Y., et al. (2016) A Structural Model For Destination Travel Intention as A Media Exposure. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*. Vol. 28 Iss 7 pp.
- Liu, M., Zhang, H., & Huang, H. (2020). Media Exposure to Covid-19 Information, Risk Perception Social and Geographical Proximity, and Self-Rated Anxiety in China. *BMC Public Health*, 20 (1), 1-8.
- Nevid, J. S., Rathus, S. A. & Greene, B. (2014). *Abnormal Psychology in A Changing World (9th ed.)*. USA: Pearson Education.
- Roy, D., Tripathy, S., Kar, S. K., et al. (2020). Study Of Knowledge, Attitude, Anxiety & Perceived Mental Healthcare Need in Indian Population During COVID-19 Pandemic. *Asian Journal of Psychiatry*, 51, 102083.
- Setiawati, F.A. (2017). *Statistika Terapan Untuk Penelitian Pendidikan dan Sosial*. Yogyakarta: Parama.
- Shi, Y., Yang, Z., dkk. (2014). The Development and Validation of The Social Network Sites (SNSs) Usage Questionnaire. In *International Conference on Social Computing and Social Media*, pp.113-124. Springer, Cham.
- Slater, M.D. (2004). Operationalizing and Analyzing Exposure: The Fondation Of Media Effect Research. *Journalism & Mass Communication Quarterly*. 81(1), 168-183.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taylor, S., Landry, C.A., dkk. (2020). Development and Initial Validation of The Covid Stress Scales. *Journal of Anxiety Disorders*, 72: 102232.
- Withing, A., & Williams, D. (2013). Why People Use Social Media: A Uses and Gratifications approach. *Qualitative Market Research: An International Journal*. Vol. 16 Issue: 4, pp. 362-369.
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). #Sleepyteens: Social Media Use in Adolescence is Associated with Poor Sleep Quality, Anxiety, Depression and Low Self-Esteem. *Journal of Adolescence*, 51, 41-49.
- Zhao, N., & Zhou, G. (2020). Social Media Use and Mental Health during the COVID-19 Pandemic: Moderator Role of Disaster Stressor and Mediator Role of Negative Affect. *Applied Psychology: Health and Well-Being*.