

HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KRISIS SEPEREMPAT KEHIDUPAN PADA RELAWAN ORGANISASI X TAHUN 2021

Indah Sukmawati

Abstrak

Dewasa ini terdapat fenomena baru yang sedang hangat diperbincangkan yakni Krisis Seperempat Kehidupan. Fenomena tersebut mencakup perasaan bimbang, cemas, putus asa, tertekan, penilaian diri negative khawatir terkait relasi interpersonal, hingga merasa terjebak pada situasi sulit. Di tengah situasi ini, pengguna media sosial terus meningkat. Hal tersebut berpengaruh pada kesehatan mental. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara karakteristik responden dan jenis serta intensitas penggunaan media sosial dengan krisis seperempat kehidupan. Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif dengan metode cross sectional menggunakan uji chi square. Populasi pada penelitian ini yaitu relawan organisasi X, dengan teknik sampling jenuh didapati jumlah sampel 45 responden. Tempat penelitian dilakukan di Organisasi X pada Desember 2021 dengan menggunakan kuesioner. Pada penelitian ini didapatkan hasil usia, jenis kelamin, dan jenis media sosial memiliki p-value $> 0,05$. Sedangkan pendidikan, pekerjaan, penghasilan, dan intensitas penggunaan media sosial memiliki p-value $< 0,05$. Simpulan pada penelitian ini yakni usia, jenis kelamin, dan jenis media sosial yang sering diakses tidak berhubungan dengan krisis seperempat kehidupan. Sedangkan pendidikan, pekerjaan, penghasilan, dan intensitas penggunaan media sosial berhubungan dengan krisis seperempat kehidupan. Saran pada penelitian ini diharapkan masyarakat khususnya yang memasuki dewasa awal untuk dapat meningkatkan kesadaran terhadap kesehatan mental.

Kata Kunci: Dewasa Awal, Krisis Seperempat Kehidupan, Media Sosial, Remaja Akhir

THE RELATIONSHIP OF INTENSITY OF SOCIAL MEDIA USE WITH QUARTER LIFE CRISIS ON VOLUNTEERS OF ORGANIZATION X IN 2021

Indah Sukmawati

Abstract

These days there is a new phenomenon frequently discussed namely Quarter-Life Crisis. This phenomena include the feeling of hesitant, anxious, sad, broken-hearted, contrary self-evaluation, concerns about interpersonal connections, to feeling caged in awful situations. Currently, social media users continue to expand which directly affects the manner of living, specifically mental health. The objective of this study was to decide the connection between respondent characteristics and their social media use with quarter-life crisis. This quantitative research with cross-sectional method using chi-square test. The volunteers of Organization X are the population in this study with a total sampling technique, and 45 respondents were found. The research was conducted in Organization X on December 2021 using a questionnaire. As result, it was found that age, gender, and type of social media had a p-value > 0.05 and educational background, occupation, income, and intensity of use of social media had a p-value < 0.05 . As conclusion, age, gender, and type of social media are not related to quarter-life crisis. While the educational background, work, income and intensity of social media use are related to quarter-life crisis. The suggestion from this study is to increase public awareness, especially those entering adulthood, about mental health awareness.

Keywords: Early Adulthood, Late Adolescence, Quarter Life Crisis, Social Media