



**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
INSTAGRAM DAN TIKTOK TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN REMAJA**

SKRIPSI

Reyhan Musyaffa Fahmi

2210211163

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS KEDOKTERAN

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA

2026



**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
INSTAGRAM DAN TIKTOK TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN REMAJA**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Program Studi Kedokteran Program Sarjana**

Reyhan Musyaffa Fahmi

2210211163

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA**

2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Reyhan Musyaffa Fahmi

NRP : 2210211163

Tanggal : 14 Januari 2026

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 14 Januari 2026

Yang menyatakan,



Reyhan Musyaffa Fahmi

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai *civitas* akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Reyhan Musyaffa Fahmi

NRP : 2210211163

Fakultas : Kedokteran

Program Studi : Kedokteran Program Sarjana (PSKPS)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalti Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dan TikTok dengan Tingkat Kecemasan Remaja”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 12 Januari 2026

Yang menyatakan,



Reyhan Musyaffa Fahmi

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Reyhan Musyaffa Fahmi

NIM : 2210211163

Program Studi : Kedokteran Program Sarjana

Judul Skripsi : Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dan TikTok dengan Tingkat Kecemasan Remaja

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



dr. Nugrahayu Widyawardani,
M.Gizi, Sp.GK, AIFO-K
NIP. 220112017
Penguji



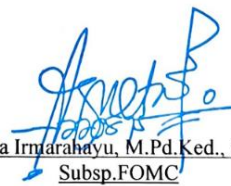
dr. Lisa Safira, Sp. A,
Subsp. Neuro (K)
NIP. 197503082025212016
Pembimbing 1



Yosha Putri Wahyuni, S.ST,
M. Biomed
NIP. 199006292025212037
Pembimbing 2



Dr. dr. H. Taufiq Fredrik Pasiak, Mkes., M.Pd.I
NIP. 197001292000031001
Dekan Fakultas Kedokteran



dr. Agneta Irmarahayu, M.Pd.Ked., Sp.KKLP,
Subsp.FOMC
NIP. 197508222021212007
Ketua Program Studi Kedokteran Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta, 14 Januari 2026

Tanggal ujian : 8 Januari 2026

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Swt. atas segala rahmat, karunia, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dan TikTok dengan Tingkat Kecemasan Remaja” dengan baik dan lancar. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. dr. H. Taufiq Fredrik Pasiak, M.Kes., M.Pd.I selaku Dekan Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.
2. dr. Agneta Irmahayu, M.Pd.Ked., Sp.KKLP selaku Koordinator Program Studi Kedokteran Program Sarjana, beserta seluruh dosen dan staf FK UPN “Veteran” Jakarta atas ilmu, pengajaran, dan pendampingan selama masa preklinik.
3. dr. Lisa Safira, Sp. A,Subsp. Neuro (K) selaku dosen pembimbing utama dari departemen ilmu kedokteran anak yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
4. dr. Sri Wahyuningsih, M.Kes,Sp.KKLP selaku dosen pembimbing kedua yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta saran selama proses penyusunan skripsi ini.

5. dr. Nugrahayu Widyawardani, M.Gizi, Sp.GK., AIFO-K. selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan saran yang sangat bermanfaat untuk kelancaran penyelesaian skripsi ini.
6. Ibu Yosha Putri Wahyuni, S.ST, M. Biomed yang telah memberikan masukan dan saran yang sangat bermanfaat untuk kelancaran penyelesaian skripsi ini.
7. Kedua orang tua penulis, Mohamad Ali Fahmi dan Leny Ambarwati, yang selalu memberikan doa, dukungan, dan semangat yang tiada henti.
8. Kakak penulis, Muhammad Rizkia Fahmi yang juga menemani selama proses penyusunan skripsi ini.
9. Teman-teman angkatan 2022, Acromion yang telah membantu dan memberikan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat serta kontribusi positif bagi semua pihak yang membacanya.

Jakarta, Januari 2026

Penulis

Reyhan Musyaffa Fahmi

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "Veteran" JAKARTA
Skripsi, November 2025

REYHAN MUSYAFFA FAHMI, No. NRP 2210211163

**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL
INSTAGRAM DAN TIKTOK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN
REMAJA**

RINCIAN HALAMAN (xvi+96 halaman, 10 tabel, 5 bagan, 9 lampiran)

ABSTRAK

Tujuan: Perkembangan pesat teknologi dan media sosial, terutama Instagram dan TikTok, telah mengubah cara remaja berinteraksi dan berkomunikasi. Namun, intensitas penggunaan media sosial yang tinggi diduga dapat memengaruhi tingkat kecemasan pada remaja

Metode: Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan potong lintang. Sampel penelitian berjumlah 123 remaja yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Pengukuran intensitas penggunaan media sosial dilakukan menggunakan Social Network Time Usage Scale (SONTUS), sedangkan tingkat kecemasan diukur dengan Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS). Data dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil: Intensitas penggunaan media sosial Instagram dan TikTok memiliki hubungan signifikan dengan tingkat kecemasan remaja dengan ($p = 0,039$ untuk Instagram dan $p = 0,006$ untuk TikTok).

Kesimpulan: Penelitian menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial Instagram dan TikTok memiliki hubungan signifikan dengan tingkat kecemasan remaja.

Daftar Pustaka : 76 (2014-2025)

Kata kunci : Instagram, Kecemasan, Media Sosial, Remaja, TikTok

FACULTY OF MEDICINE
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "Veteran" JAKARTA
Undergraduate Thesis, November 2025

REYHAN MUSYAFFA FAHMI, No. NRP 2210211163
***THE ASSOCIATION BETWEEN THE INTENSITY OF INSTAGRAM AND
TIKTOK SOCIAL MEDIA USE AND THE LEVEL OF ANXIETY IN
ADOLESCENTS***

PAGE DETAILS (xvi+96 pages, 10 tables, 5 charts, 9 appendices)

ABSTRACT

Objective: The rapid development of technology and social media, especially Instagram and TikTok, has changed the way adolescents interact and communicate. However, high intensity of social media use is thought to affect anxiety levels in adolescents.

Methods: This study used an observational analytical design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 123 adolescents selected using purposive sampling. The intensity of social media use was measured using the Social Network Time Usage Scale (SONTUS), while anxiety levels were measured using the Taylor Manifest Anxiety Scale (TMAS). Data were analyzed using the Chi-Square test. Analisis data menggunakan analisis *Chi-square*, *Fisher-exact* dan regresi logistik.

Results: The intensity of Instagram and TikTok social media use was significantly associated with adolescent anxiety levels ($p = 0.039$ for Instagram and $p = 0.006$ for TikTok).

Conclusion: The study shows that the intensity of Instagram and TikTok social media use has a significant relationship with adolescent anxiety levels.

Bibliography : 76 (2014-2025)

Keywords: Social Media, Instagram, TikTok, Anxiety, Adolescents.

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG/ISTILAH	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II	6
TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Media Sosial	6
2.2 Instagram	12
2.3 TikTok	15
2.4 Remaja	19
2.5 Pengaruh dan Dampak Media Sosial.....	24
2.6 Kecemasan.....	29
2.7 Penelitian Terkait Yang Pernah Dilakukan	38
2.8 Kerangka Teori Penelitian	41
2.10 Hipotesis	42
BAB III	43
METODE PENELITIAN	43
3.1 Jenis Penelitian	43

3.2 Waktu dan Tempat	43
3.3 Subjek Penelitian	43
3.4 Sampel Penelitian	43
3.5 Identifikasi Variabel Penelitian	45
3.6 Definisi Operasional Variabel	46
3.7 Instrumen Penelitian	47
3.8 Protokol Penelitian	56
3.9 Analisis Data	59
3.10 Etika Penelitian.....	60
3.11 Alur Penelitian.....	62
BAB IV	63
HASIL DAN PEMBAHASAN	63
4.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian	63
4.2 Hasil Penelitian.....	63
4.3 Pembahasan	68
4.3.1 Pembahasan Analisis Univariat.....	68
4.3.1.1 Karakteristik Responden	68
4.3.2 Pembahasan Analisis Bivariat	70
4.3.2.1 Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dan TikTok dengan Tingkat Kecemasan Remaja	70
4.4 Keterbatasan Penelitian	71
BAB V.....	73
HASIL DAN PEMBAHASAN	73
5.1 Kesimpulan.....	73
5.2 Saran	73
DAFTAR PUSTAKA	76
RIWAYAT HIDUP	76
LAMPIRAN.....	76

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional Variabel.....	46
Tabel 2. Aspek Instrumen Penelitian	49
Tabel 3. Skala Likert Instagram	50
Tabel 4. Dimensi, Kategori dan Skor SONTUS Instagram	51
Tabel 5. Skala Likert TikTok.....	53
Tabel 6. Dimensi, Kategori dan Skor SONTUS Instagram	54
Tabel 7. Distribusi Karakteristik Responden	60
Tabel 8. Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram dengan Tingkat Kecemasan	61
Tabel 9. Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok dengan Tingkat Kecemasan	63
Tabel 9.1 Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok dengan Tingkat Kecemasan Setelah Dilakukan Penggabungan Sel	64

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Proses Sistem Reward Otak Mendorong Penggunaan Media.....	25
Bagan 2. Bagian Otak Yang Terpengaruh Akibat Penggunaan Media Sosial.....	27
Bagan 3. Kerangka Teori	41
Bagan 4. Kerangka Konsep.....	42
Bagan 5. Alur Penelitian	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Penggunaan Media di Indonesia	7
Gambar 2. Prevalensi Kesehatan Mental pada Remaja di Indonesia.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Persetujuan Etik	81
Lampiran 2 Surat Izin Permohonan Penelitian	82
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian.....	83
Lampiran 4 Formulir Persetujuan Assent	84
Lampiran 5 Dokumentasi.....	85
Lampiran 6 Kuesioner Identitas Responden	86
Lampiran 7 Kuesioner Penggunaan Media Sosial Instagram	87
Lampiran 8 Kuesioner Intensitas Penggunaan Media Sosial TikTok.....	90
Lampiran 9 Kuesoiner Tingkat Kecemasan.....	92
Lampiran 10 Output SPSS 27.0	94

DAFTAR SINGKATAN DAN LAMBANG/ISTILAH

ACTH	: <i>Adrenocorticotropic Hormone</i>
BAM-S/M	: Badan Akreditasi Nasional Sekolah/Madrasah
BPS	: Badan Pusat Statistik
CRH	: <i>Corticotropin Releasing Hormone</i>
DHEA	: <i>Dehydroepiandrosterone</i>
DSM-5-TR	: <i>Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition</i>
FK	: Fakultas Kedokteran
FSH	: <i>Follicle-Stimulating Hormone</i>
GABA	: <i>Gamma-Aminobutirat</i>
GDPR	: <i>General Data Protection Regulation</i>
GH	: <i>Growth Hormone</i>
GnRH	: <i>Gonadotropin-Releasing Hormone</i>
HPA	: <i>Hypothalamus-Pituitary-Adrenal</i>
HPG	: <i>Hypothalamus-Pituitary-Gonadal</i>
HTML	: <i>Hypertext Markup Language</i>
I-NAMHS	: <i>Indonesian National Adolescent Mental Health Survey</i>
IGF-1	: <i>Insulin-Like Growth Factor-1</i>
KBBI	: Kamus Besar Bahasa Indonesia
Keswa	: Kaukus Masyarakat Peduli Kesehatan Jiwa
LC	: Locus Coeruleus
LH	: <i>Luteinizing Hormone</i>
LPFC	: <i>Lateral Prefrontal Cortex</i>
MPFC	: <i>Medial Prefrontal Cortex</i>
PFC	: <i>Prefrontal Cortex</i>
Risikesdas	: Riset Kesehatan Dasar
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SONTUS	: <i>Social Networking Time Use Scale</i>
TMAS	: <i>Taylor Manifest Anxiety Scale</i>

TPJ : *Temporal Parietal Junction*
vmPFC : *Ventromedial Prefrontal Cortex*
WHO : World Health Organization