

PEMANFAATAN MEDIA SOSIAL SEBAGAI STRATEGI COPING STRESS PADA REMAJA DI KOTA SEMARANG

FRANSISKA DEVIA TIARA AMELIA- 25010116140283
2021-SKRIPSI

Kesehatan mental merupakan beban utama penyakit bagi remaja dengan kasus yang terus meningkat setiap tahun. Berdasarkan Data Masalah kesehatan mental remaja di Indonesia meningkat dari 6% (2013) menjadi 9,8% (2018). Kota Semarang berada pada angka gangguan kesehatan mental remaja tertinggi di Provinsi Jawa Tengah sebanyak 3.540 penderita pada tahun 2018. Munculnya media sosial dapat membantu individu mendapatkan akses ke sumber informasi dan dukungan serta hubungan dengan orang lain saat menghadapi keadaan yang penuh tekanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku remaja dalam penggunaan media sosial sebagai strategi *coping stress*. Desain yang digunakan adalah observasional kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah remaja yang berdomisili di Kota Semarang berjumlah 299.768 remaja dengan sampel sebanyak 384 responden yang diambil dengan teknik *proportional purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan angket *google form* yang disebarluaskan melalui pesan singkat *Line*, *Whatsapp*, *Instagram*, dan *Twitter* yang dapat diakses sejak 15 Februari sampai 6 Maret 2021. Hasil penelitian diketahui bahwa responden berjenis kelamin perempuan (72,9%), dan laki-laki (27,1%). Responden yang melakukan praktik pemanfaatan media sosial sebagai strategi *coping stress* yang baik sebanyak 57,8% dan pemanfaatan yang buruk sebanyak 42,2%. Terdapat hubungan antara tingkat stres ($p\text{-value}=0,003$) dan penggunaan media sosial ($p\text{-value}=0,019$) terhadap strategi *coping stress* remaja. dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat stres remaja dan penggunaan media sosial dengan strategi *coping stress*. Tidak ada hubungan antara usia dan jenis kelamin remaja dengan strategi *coping stress*.

Kata Kunci : Koping stres, media sosial, remaja