

LAMPIRAN

INSTRUMEN PENELITIAN

PENJELASAN SEBELUM PERSETUJUAN (PSP) PENELITIAN BAGI RESPONDEN

A. Judul Penelitian : Pengaruh Interaksi Sosial dan Penggunaan Media Digital terhadap Kesehatan Mental Remaja di Perkotaan

B. Tujuan Umum :

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa Pengaruh Interaksi Sosial dan Penggunaan Media Digital terhadap Kesehatan Mental Remaja di Perkotaan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai dampak kombinasi faktor sosial dan penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental remaja, serta menjadi dasar untuk pengembangan kebijakan dan program intervensi yang relevan.

C. Perlakuan Yang Diterapkan Kepada Subjek

1. Responden akan diminta untuk mengisi kuesioner sesuai dengan lembar pertanyaan.
2. Pengisian kuesioner diperkirakan memerlukan waktu sekitar 10-15 menit.
3. Tidak ada risiko atau dampak negatif yang signifikan bagi responden.

D. Manfaat Untuk Subjek

Responden yang terlibat dalam penelitian ini akan :

1. Memperoleh informasi mengenai kesehatan mental yang dialaminya.
2. Mendapatkan konsultasi seputar masalah yang dihadapi

E. Kerahasiaan

1. Data yang dikumpulkan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan akademik.
2. Nama responden tidak akan dicantumkan dalam laporan hasil penelitian.

F. Bahaya Potensial

Tidak ada bahaya potensial yang diakibatkan oleh keterlibatan responden sebagai subjek dalam penelitian ini, oleh karena dalam penelitian ini tidak dilakukan intervensi apapun melainkan hanya pengisian kuesioner dan dokumentasi.

G. Hak Untuk Undur Diri

Keikutsertaan sebagai responden dalam penelitian ini bersifat sukarela dan berhak untuk mengundurkan diri kapanpun, tanpa menimbulkan konsekuensi yang merugikan.

*) Bila terdapat hal-hal yang membutuhkan penjelasan, anda dapat menghubungi peneliti (Siti Jumhati : 081311456035)

Demikian penjelasan ini, atas perhatian dan kesediaan Siswa/Siswi saya ucapkan terimakasih.

Jakarta, 28 Mei 2025



Dr. Siti Jumhati, S.ST., SKM., M.Kes Ketua

Tim Peneliti

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN (INFORMED CONSENT)

I. Judul Penelitian: Pengaruh Interaksi Sosial dan Penggunaan Media Digital terhadap Kesehatan Mental Remaja di Perkotaan.

II. Latar Belakang dan Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa Pengaruh Interaksi Sosial dan Penggunaan Media Digital terhadap Kesehatan Mental Remaja di Perkotaan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai dampak kombinasi faktor sosial dan penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental remaja, serta menjadi dasar untuk pengembangan kebijakan dan program intervensi yang relevan.

III. Prosedur Penelitian

1. Partisipan akan diminta untuk mengisi kuesioner sesuai dengan lembar pertanyaan.
2. Pengisian kuesioner diperkirakan memerlukan waktu sekitar 10-15 menit.
3. Tidak ada risiko atau dampak negatif yang signifikan bagi responden.

IV. Keuntungan dan Risiko

1. Tidak ada risiko fisik dalam penelitian ini.
2. Partisipasi bersifat sukarela dan dapat membantu meningkatkan pemahaman tentang pentingnya kesehatan mental di masa remaja.

V. Kerahasiaan Data

1. Data yang dikumpulkan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan akademik.
2. Nama responden tidak akan dicantumkan dalam laporan hasil penelitian.

VI. Hak Responden

1. Partisipasi bersifat sukarela, dan responden dapat mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi apa pun.
2. Jika ada pertanyaan lebih lanjut, responden dapat menghubungi peneliti melalui kontak yang telah disediakan.

Dengan menandatangani formulir ini, saya menyatakan bahwa saya telah membaca dan memahami informasi di atas, serta bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Jakarta, 2025

Nama Responden :

Tanda Tangan : 

Nama Saksi :

Tanda Tangan : 

KUESIONER PENELITIAN

Judul Penelitian: Pengaruh Faktor Sosial dan Media Digital terhadap Kesehatan Mental Remaja di Perkotaan.

Kuesioner ini mencakup beberapa bagian yang relevan dengan penelitian, yaitu bagian 1 (kesehatan mental), bagian 2 (data demografi,) Bagian 3 (penggunaan media sosial), dan bagian 4 (faktor sosial).

Petunjuk Pengisian:

1. Bacalah setiap pertanyaan dengan seksama.
2. Beri tanda centang (✓) pada kolom yang sesuai dengan perasaan atau pengalaman Anda selama **dua minggu terakhir**.
3. Semua jawaban akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian.

Bagian 1: Kesehatan Mental

1. Hari/tanggal :/.....
2. No. Responden (di isi oleh Peneliti)
3. Usia Tahun

Keterangan skor (0-3) :

0: Tidak Pernah (TP)

1: Kadang-Kadang (KK)

2: Sering (S)

3: Sangat Sering (SS)

No	Pernyataan	Jawaban			
		0 TP	1 KK	2 S	3 SS
1	Saya merasa tidak berharga dan merasa gagal dalam hal-hal yang saya lakukan.	☐	☐	☐	☐
2	Saya merasa tidak memiliki ketenangan pikiran dan merasa gelisah dalam situasi sosial.	☐	☐	☐	☐
3	Saya merasa seakan-akan semua yang saya lakukan adalah salah.	☐	☐	☐	☐
4	Saya merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan tekanan sosial dari teman-teman dan media digital.	☐	☐	☐	☐
5	Saya merasa sangat cemas jika tidak mendapatkan respons dari teman di media sosial.	☐	☐	☐	☐
6	Saya merasa sulit untuk rileks dan beristirahat setelah berinteraksi di media sosial.	☐	☐	☐	☐
7	Saya merasa tidak dapat mengendalikan emosi saya, terutama ketika berinteraksi di media digital.	☐	☐	☐	☐
8	Saya merasa sangat sedih dan tidak ingin bergaul dengan orang lain.	☐	☐	☐	☐
9	Saya merasa sangat khawatir tentang masa depan saya.	☐	☐	☐	☐

10	Saya merasa sangat tertekan dan mudah tersinggung oleh hal-hal kecil.	☐	☐	☐	☐
11	Saya merasa seakan-akan saya tidak bisa menemukan kebahagiaan dalam hidup saya.	☐	☐	☐	☐
12	Saya merasa cemas ketika berinteraksi dengan orang baru atau dalam situasi sosial.	☐	☐	☐	☐
13	Saya merasa tidak memiliki dukungan dari teman-teman saya di media sosial.	☐	☐	☐	☐
14	Saya merasa sangat terpengaruh oleh pendapat orang lain tentang diri saya, terutama di media sosial.	☐	☐	☐	☐
15	Saya merasa kesulitan untuk menghadapi stres akademik dan tekanan dari teman sebaya.	☐	☐	☐	☐
16	Saya merasa tidak memiliki energi dan motivasi untuk berinteraksi dengan orang lain.	☐	☐	☐	☐
17	Saya merasa sangat cemas ketika menghadapi situasi yang tidak familiar atau baru.	☐	☐	☐	☐
18	Saya merasa kesepian meskipun memiliki banyak teman di media sosial.	☐	☐	☐	☐
19	Saya merasa tidak bisa menemukan cara untuk mengatasi tekanan yang saya rasakan dari interaksi sosial.	☐	☐	☐	☐
20	Saya merasa terjebak dalam pikiran negatif tentang diri saya.	☐	☐	☐	☐
21	Saya merasa sangat kewalahan oleh tuntutan dari sekolah dan lingkungan sosial saya.	☐	☐	☐	☐

Petunjuk Pengisian (Bagian 2, 3 dan 4):

1. Bacalah setiap pertanyaan dengan seksama.
2. Beri tanda silang (X) pada tanda (.) di pilihan jawaban yang sesuai dengan kondisi anda.
3. Semua jawaban akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian.

Bagian 2 : Data Demografi

1. Jenis Kelamin:
 - Laki-laki
 - Perempuan
2. Usia:
 - 13-14 tahun
 - 15-16 tahun
 - 17-18 tahun
3. Tinggal di:
 - Rumah sendiri
 - Kos/asrama
 - Lainnya, sebutkan: _____
4. Pekerjaan Orang Tua:
 - PNS
 - Swasta
 - Wiraswasta
 - Tidak bekerja
 - Lainnya, sebutkan: _____

5. Pendapatan Keluarga (per bulan):

- < 3 juta
- 3-6 juta
- 6-10 juta
- > 10 juta

Bagian 3: Penggunaan Media Sosial

6. Berapa jam per hari Anda menggunakan media sosial?

- < 1 jam
- 1-3 jam
- 3-5 jam
- > 5 jam

7. Platform media sosial apa yang paling sering Anda gunakan? (boleh memilih lebih dari satu)

- Instagram
- TikTok
- WhatsApp
- Facebook
- Twitter
- Lainnya, sebutkan: _____

8. Apa tujuan utama Anda menggunakan media sosial? (boleh memilih lebih dari satu)

- Berkomunikasi dengan teman/keluarga
- Mengikuti berita atau informasi
- Hiburan (video, meme, dll.)
- Berbagi foto atau video
- Lainnya, sebutkan: _____

9. Apakah Anda sering membandingkan diri dengan orang lain di media sosial?

- Sangat sering
- Sering
- Kadang-kadang
- Jarang
- Tidak pernah

10. Seberapa sering Anda merasa tertekan setelah melihat konten di media sosial?

- Sangat sering
- Sering
- Kadang-kadang
- Jarang
- Tidak pernah

Bagian 4: Faktor Sosial

11. Seberapa dekat Anda dengan teman-teman di sekolah?

- Sangat dekat
- Dekat
- Cukup dekat
- Tidak dekat

12. Seberapa sering Anda merasa mendapatkan dukungan dari keluarga saat menghadapi masalah?

- Sangat sering
- Sering
- Kadang-kadang

- Jarang
 - Tidak pernah
13. Apakah Anda merasa tekanan dari teman sebaya (misalnya tentang gaya hidup, akademis, atau hubungan)?
- Sangat sering
 - Sering
 - Kadang-kadang
 - Jarang
 - Tidak pernah
14. Bagaimana hubungan Anda dengan orang tua atau wali Anda?
- Sangat baik
 - Baik
 - Cukup baik
 - Kurang baik
 - Buruk

Original Kuesioner DASS-21 untuk Remaja

No.	Item Kuesioner DASS-21	Skala (0-3)
1	Saya merasa tidak berharga dan merasa gagal dalam hal-hal yang saya lakukan.	0 1 2 3
2	Saya merasa tidak memiliki ketenangan pikiran dan merasa gelisah dalam situasi sosial.	0 1 2 3
3	Saya merasa seakan-akan semua yang saya lakukan adalah salah.	0 1 2 3
4	Saya merasa kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan tekanan sosial dari teman-teman dan media digital.	0 1 2 3
5	Saya merasa sangat cemas jika tidak mendapatkan respons dari teman di media sosial.	0 1 2 3
6	Saya merasa sulit untuk rileks dan beristirahat setelah berinteraksi di media sosial.	0 1 2 3
7	Saya merasa tidak dapat mengendalikan emosi saya, terutama ketika berinteraksi di media digital.	0 1 2 3
8	Saya merasa sangat sedih dan tidak ingin bergaul dengan orang lain.	0 1 2 3
9	Saya merasa sangat khawatir tentang masa depan saya.	0 1 2 3
10	Saya merasa sangat tertekan dan mudah tersinggung oleh hal-hal kecil.	0 1 2 3
11	Saya merasa seakan-akan saya tidak bisa menemukan kebahagiaan dalam hidup saya.	0 1 2 3
12	Saya merasa cemas ketika berinteraksi dengan orang baru atau dalam situasi sosial.	0 1 2 3
13	Saya merasa tidak memiliki dukungan dari teman-teman saya di media sosial.	0 1 2 3
14	Saya merasa sangat terpengaruh oleh pendapat orang lain tentang diri saya, terutama di media sosial.	0 1 2 3
15	Saya merasa kesulitan untuk menghadapi stres akademik dan tekanan dari teman sebaya.	0 1 2 3
16	Saya merasa tidak memiliki energi dan motivasi untuk berinteraksi dengan orang lain.	0 1 2 3
17	Saya merasa sangat cemas ketika menghadapi situasi yang tidak familiar atau baru.	0 1 2 3
18	Saya merasa kesepian meskipun memiliki banyak teman di media sosial.	0 1 2 3
19	Saya merasa tidak bisa menemukan cara untuk mengatasi tekanan yang saya rasakan dari interaksi sosial.	0 1 2 3

20	Saya merasa terjebak dalam pikiran negatif tentang diri saya.	0 1 2 3
21	Saya merasa sangat kewalahan oleh tuntutan dari sekolah dan lingkungan sosial saya.	0 1 2 3

HASIL UJI UNIVARIAT

DATA DEMOGRAFI

1. Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	53	53 %
Perempuan	47	47 %
Total	100	100 %

2. Tempat Tinggal

Tempat Tinggal	Frekuensi	Persentase
Rumah Sendiri	92	92 %
Kos/asrama	1	1 %
Lainnya	7	7 %
Total	100	100 %

3. Pekerjaan Orang Tua

Pekerjaan Orang Tua	Frekuensi	Persentase
PNS	17	17 %
Swasta	15	15 %
Wiraswasta	31	31 %
Tidak Bekerja	6	6 %
Lainnya	31	31 %
Total	100	100 %

VARIABEL INDEPENDEN

a. Interaksi Sosial

1. Kualitas Hubungan dengan Teman Sebaya

Statistics

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		1.96
Std. Error of Mean		.091
Median		2.00
Mode		1
Std. Deviation		.909
Minimum		1
Maximum		4

Kualitas Hubungan dengan Teman	Frekuensi	Persentase
Sangat Dekat	39	39 %
Dekat	30	30 %
Cukup Dekat	27	27 %
Tidak Dekat	4	4 %
Total	100	100 %

2. Dukungan Sosial

Statistics

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		2.56
Std. Error of Mean		.117
Median		2.00

Mode	2
Std. Deviation	1.175
Minimum	1
Maximum	5

Dukungan Sosial	Frekuensi	Persentase
Sangat Sering	22	22 %
Sering	29	29 %
Kadang-kadang	25	25 %
Jarang	19	19 %
Tidak Pernah	5	5 %
Total	100	100 %

3. Pengaruh Lingkungan Sosial

Statistics

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		3.60
Std. Error of Mean		.113
Median		4.00
Mode		3
Std. Deviation		1.128
Minimum		1
Maximum		5

Pengaruh Lingkungan Sosial	Frekuensi	Persentase
Sangat Sering	4	4 %
Sering	11	11 %
Kadang-kadang	34	34 %
Jarang	23	23 %
Tidak Pernah	28	28 %
Total	100	100 %

b. Penggunaan Media Sosial

1. Frekuensi Penggunaan Media Sosial

Statistics

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		3.13
Std. Error of Mean		.098
Median		3.00
Mode		4
Std. Deviation		.981
Minimum		1
Maximum		5

Penggunaan Media Sosial	Frekuensi	Persentase
< 1 Jam	7	7 %
1 – 3 Jam	21	21 %
3 – 5 Jam	24	24 %
> 5 Jam	48	48 %
Total	100	100 %

2. Jenis Konten yang Diakses

Statistics

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		2.09
Std. Error of Mean		.075
Median		2.00
Mode		2
Std. Deviation		.753
Minimum		1

Maximum	6
---------	---

Jenis Konten yang Diakses	Frekuensi	Persentase
Instagram	18	18 %
Tiktok	58	58 %
Whatsapp	23	23 %
Lainnya	1	1 %
Total	100	100 %

3. Pengaruh Media Terhadap Persepsi Diri

Statistics

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		3.30
Std. Error of Mean		.129
Median		3.00
Mode		3
Std. Deviation		1.291
Minimum		1
Maximum		5

Pengaruh Media Terhadap Persepsi Diri	Frekuensi	Persentase
Sangat Sering	12	12 %
Sering	14	14 %
Kadang-kadang	28	28 %
Jarang	24	24 %
Tidak Pernah	22	22 %
Total	100	100 %

VARIABEL DEPENDEN

a. Kesehatan Mental Remaja

1. Tingkat Depresi

Tingkat Depresi	Frekuensi	Persentase
Normal	20	20 %

Ringan	16	16 %
Sedang	25	25 %
Berat	20	20 %
Sangat Berat	19	19 %
Total	100	100 %

2. Tingkat Kecemasan

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Persentase
Normal	12	12 %
Ringan	8	8 %
Sedang	19	19 %
Berat	19	19 %
Sangat Berat	42	42 %
Total	100	100 %

3. Tingkat Stress

Tingkat Stress	Frekuensi	Persentase
Normal	37	37 %
Ringan	17	17 %
Sedang	27	27 %
Berat	13	13 %
Sangat Berat	6	6 %
Total	100	100 %

HASIL UJI BIVARIAT

(Uji Korelasi Pearson)

[illegible]

Tekanan dari media sosial	Pearson Correlation	-.205*	-.291**	.323**	-.363**	.010	-.050	.445**	1	-.335**	-.309**	-.340**
	Sig. (2-tailed)	.041	.003	.001	.000	.923	.619	.000		.001	.002	.001
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Tingkat Depresi	Pearson Correlation	.296**	.215*	-.201*	.301**	-.069	-.075	-.239*	-.335**	1	.929**	.908**
	Sig. (2-tailed)	.003	.031	.045	.002	.494	.461	.016	.001		.000	.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Tingkat Kecemasan	Pearson Correlation	.246*	.162	-.190	.279**	-.071	-.107	-.237*	-.309**	.929**	1	.829**
	Sig. (2-tailed)	.014	.108	.058	.005	.482	.289	.017	.002	.000		.000
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100
Tingkat Stress	Pearson Correlation	.258**	.163	-.243*	.314**	-.107	.026	-.255*	-.340**	.908**	.829**	1
	Sig. (2-tailed)	.010	.105	.015	.001	.291	.800	.011	.001	.000	.000	
	N	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100

**, Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*, Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).