

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kesehatan Mental

1. Pengertian Kesehatan Mental

Secara singkat dapat dikatakan ilmu kesehatan mental adalah ilmu yang memperhatikan perawatan mental atau jiwa. Semium, (2006) mengatakan bahwa Ilmu kesehatan mental mempunyai objek khusus ununtuk diteliti dan objek tersebut adalah manusia. Ilmu kesehatan mental merupakan terjemahan dari istilah mental hygiene. Mental (dari kata Latin: mens, mentis) berarti jiwa, nyawa roh, sedangkan hygiene (dari kata Yunani: hugine) berarti ilmu tentang kesehatan, dapat diartikan bawa ilmu kesehatan mental itu adalah ilmu yang membicarakan kehidupan mental manusia dengan memandang manusia sebagai totalitas psikofisik yang kompleks.

Kesehatan mental yang diartikan oleh American Psychological Association (APA) adalah (Chatham, 2017):

“as thepresence of successfull adjustmet or the absence of psychopatology” dan
”as a state in which there is an absence of dysfunction in psychological, emotional, behavioral, and sosial spheres”.

Pengertian ini dapat diartikan secara luas ataupun sempit. Artinya kesehatan mental adalah sebagai wujud karena adanya penyesuaian diri yang berhasil atau tidak adanya psikopatologi dan sebagai keadaan dimana seseorang digambarkan tidak memiliki gangguan pada bidang psikologis, emosional, perilaku, dan sosial.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa orang berada dalam keadaan sakit atau sehat psikisnya. Sehat jika tidak terdapat sedikitpun gangguan psikisnya dan jika ada gangguan psikis

maka diklasifikasikan sebagai orang sakit. Dengan kata lain sehat dan sakit mental itu bersifat nominal yang dapat dibedakan kelompok-kelompoknya.

Pengukuran kesehatan mental seseorang yang terganggu dapat menggunakan parameter berupa diagnostic and statistical manual of mental disorder. Pengukuran ini diungkapkan oleh American Psychological Association yang mengartikan bahwa diagnostic and statistical manual of mental disorder (DSM) itu sendiri adalah sistem klasifikasi gangguan-gangguan mental yang digunakan untuk mengukur tentang perilaku abnormal (Chatham, 2017).

Selain itu, Semium (2006) juga mengatakan bahwa kesehatan mental adalah ilmu yang mengembangkan dan menerapkan seperangkat prinsip yang praktis dan bertujuan untuk mencapai dan memelihara kesejahteraan psikologis organisme manusia dan mencegah gangguan mental serta ketidak mampuan menyesuaikan diri. Ilmu kesehatan mental juga sebagai ilmu yang bertujuan untuk menjaga dan menjaga dan memelihara fungsi-fungsi mental yang sehat dan mencegah ketidak mampuan menyesuaikan diri atau kegiatan-kegiatan mental yang kalut.

Sarwono (2012) mengatakan bahwan kesehatan mental adalah kondisi atau keadaan seseorang sehingga ia akan terhindar dari gangguan kejiwaan atau neorosis dan penyakit kejiwaan. Mampu menyesuaikan diri sendiri dengan orang lain dan dengan masyarakat dimana pun ia berada, mempunyai kemampuan untuk menedalikan dalam menghadapi masalah, terwujudnya keserasian dan

keharmonisan antara fungsi-fungsi kejiwaan. Kesehatan mental itu sendiri menurut WHO adalah suatu keadaan (status) sehat utuh secara fisik, mental (rohani) dan sosial, dan bukan hanya suatu keadaan yang bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan. Semiun (2006) mendefinisi dari kalangan psikiater bahwa kesehatan mental adalah terhindarnya individu dari simtom-simtom neurosis dan psikosis. Menurut definisi ini orang yang bermental sehat adalah orang yang menguasai dan mengatasi segala faktor perasaan dalam hidupnya sehingga tidak menimbulkan gangguan jiwa; neurosis ataupun psikosis.

Dari definisi-definisi di atas, dapat di ambil kesimpulan bahwa kesehatan mental adalah kemampuan jiwa untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya dalam upaya mencapai kepuasan dan kebahagiaan ataupun ketentraman hidup sehingga terhindar dari gangguan jiwa. Dalam penyesuaian ini orang akan berhadapan dengan problem-problem, guncangan yang ada dari dalam dirinya ataupun dari luar dirinya dan ditempat dimana individu bergaul.

2. Karakteristik Kesehatan Mental

Karakteristik pribadi yang sehat mentalnya juga dijelaskan oleh American Psychological Association dalam Notoatmodjo (2010):

1. Aspek Fisik, yang terdiri dari:
 - a. Perkembangan Normal, artinya remaja secara fisik mengalami pertumbuhan tubuh yang normal dan bergaul menurut usianya.
 - b. Berfungsi untuk melakukan tugas-tugasnya, artinya remaja melakukan semua tugas sesuai dengan kewajibannya.

- c. Sehat secara fisik, artinya remaja memiliki kondisi tubuh yang prima dalam menjalankan aktifitasnya.
2. Aspek Psikis, yang terdiri dari:
 - a. Respek terhadap diri sendiri dan orang lain, artinya remaja mampu menilai hasil kerja orang lain dan dirinya dengan rasa menghargai.
 - b. Memiliki Insight dan rasa humor, artinya remaja memiliki naluri untuk bersenda gurau secara normal.
 - c. Memiliki respons emosional yang wajar, artinya remaja memiliki kemampuan dalam mengendalikan suasana hati dan pikirannya.
 - d. Mampu berpikir realistis dan objektif, artinya remaja memiliki perasaan yang tidak mudah terpengaruh tanpa adanya bukti.
 - e. Terhindar dari gangguan-gangguan psikologis, artinya remaja mampu mengendalikan masalah yang ada.
 - f. Bersifat kreatif dan inovatif, artinya remaja memiliki kemauan untuk melakukan pembaharuan yang positif dalam hidupnya.
 - g. Bersifat terbuka dan fleksibel, tidak defensif, artinya remaja memiliki kemampuan komunikasi dan interaksi yang baik pada orang lain.
 - h. Memiliki perasaan bebas untuk memilih, menyatakan pendapat dan bertindak, artinya remaja memiliki keberanian untuk menyuarakan pemikirannya yang positif.
3. Aspek Sosial, yang terdiri dari:
 - a. Memiliki perasaan empati dan rasa kasih sayang (affection), artinya remaja memiliki rasa peduli terhadap hal yang menimpa sekitarnya.

- b. Mampu menjalin interaksi dengan lingkungannya secara sehat, artinya remaja memiliki kemampuan untuk menjaga perasaan orang lain dan perilaku dirinya sendiri.
 - c. Bersifat saling menghargai dan tidak membeda-bedakan tingkat social, pendidikan, agama, ras/suku, dan warna kulit, berarti remaja mampu bersikap tidak diskriminasi terhadap pandangannya kepada orang lain.
4. Aspek Moral-Religius, yang terdiri dari:
- a. Taat kepada Tuhan dan mampu menjalani ajaran-Nya, artinya remaja meyakini dan berpegang teguh pada kepercayaan yang dianutnya.
 - b. Tidak berbohong, bertanggung jawab, dan tulus dalam beramal, artinya remaja mampu secara konsisten untuk bertindak dan berkata benar sesuai dengan fakta yang terjadi.

Berdasarkan indikator diatas, maka kesehatan mental diartikan sebagai ukuran atau standar yang digunakan dalam menilai keadaan atau situasi bahwa seseorang sehat mentalnya jika telah memenuhi aspek fisik, psikis, sosial dan moralnya.

3. Kriteria Kesehatan Mental

Semium (2006), mengemukakan beberapa kriteria dalam kesehatan mental yang dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Efisiensi mental.

Penilaian kesehatan mental, gangguan emosional neurotik, dan tidak ada hakikat sama sekali atau tidak memiliki kualitas.

- 2) Penguasaan, integrase pikiran dan perilaku.

Kepribadian yang baik adalah salah satu dari penguasaan diri yang efektif.

Tanpa adanya penguasaan ini maka obsesi atau ide yang melekat, delusi, fobia dan gejala yang mungkin akan muncul.

- 3) Integras motif-motif dan pengendalian konflik atau frustrasi.

Konflik yang hebat bisa muncul apabila motif-motif tidak terintegrasi. menginginkan afeksi dan rasa aman yang tidak sama pada otonomi, keinginan seks yang tidak sama dengan yang di inginkan.

- 4) Perasaan dan emosi yang baik.

Rasa akan diterima, menyayangi, terlindungi, serta harga diri yang memberi kontribusi pada mental yang stabil adalah ciri mental yang sehat.

- 5) Ketentraman pikiran.

Adaptasi dan kesehatan mental untuk ketenangan pikiran atau mental.

- 6) Perilaku yang sehat.

Perilaku yang memiliki kesamaan dengan rasa seseorang untuk menjumpai kita dengan sifat-sifat seseorang yang tidak dapat beradaptasi.

- 7) self Concept yang baik.

Bergantung pada konsep diri sehingga harus bisa menahan orientasi yang sehat bagi diri kita sendiri.

8) Ciri-ciri ego yang memenuhi syarat

Ciri-ciri ego adalah dimana ia menjadi diri sendiri. Apabila ciri ego tumbuh menjadi tetap, maka mereka mampu bertingkah laku lebih tetap dan mampu bertahan pada lingkungannya.

9) Hubungan yang kuat sesuai kenyataan.

Seseorang yang tertekan pada masa lalu tidak bisa berdamai dengan kenyataan, sedangkan orang yang memiliki fantasi atau khayalan adalah orang yang telah menolak kenyataan.

4. Faktor-faktor Kesehatan Mental

Penjelasan faktor kesehatan mental yang dikemukakan Hernandez (2005) dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental memiliki keterkaitan dengan aspek kepribadian seseorang seperti efisiensi mental, kontrol dan perpaduan pikiran dan sifat, penyelesaian masalah, perasaan dan emosi yang positif, ketenangan pikiran, sikap yang sehat, konsep diri yang baik, dan identitas ego yang adekuat, serta seseorang yang memiliki hubungan adekuat dengan kenyataan. Faktor yang mempengaruhi kesehatan mental menurut Sarwono (2012) sebagai berikut:

- a. Mempunyai tujuan yang sehat pada sesuatu yang telah terjadi pada lingkungan maupun diri sendiri.
- b. Mempunyai kecakapan menyesuaikan diri pada segala kemungkinan dan kemampuan mengatasi persoalan yang dapat dibatasi.
- c. Tercapainya tujuan sifat seseorang yang baik, dan juga tidak merugikan lingkungan sekitarnya.

Dengan melihat bagian-bagian tersebut, dapat diartikan sifat orang yang sehat mentalnya yaitu dengan adanya keserasian fungsi-fungsi jiwa yang realtif sempurna, memiliki kemampuan maksimal untuk menghadapi dan mengatasi goncangan-goncangan, dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap diri sendiri maupun orang lain, dapat mengatasi kesulitan-kesulitan yang timbul dari berbagai faktor dalam kehidupan, tidak merugikan orang lain, ikut bertanggung jawab terhadap sesama, dapat menyatakan isi hatinya dengan bebas dan tepat, merasa bahwa dirinya diperlakukan adil oleh orang lain, memiliki keseimbangan emosi, tidak ketergantungan pada sesuatu. Sedangkan ciri-ciri orang yang tidak sehat mentalnya, (Notoatmodjo, 2010):

- a. Yang terlihat perlu pelayanan kejiwaan.
- b. Tidak dapat menyesuaikan terhadap masyarakat (social).
- c. Perlunya diagnosis kejiwaan.
- d. Ketidak bahagiaan yang bersifat subyektif.
- e. Tanda-tanda / gejala-gejala gangguan jiwa secara obyektif, dan
- f. Kegagalan penyesuaian yang positif.

Setelah mengenal ciri-ciri mental yang tidak sehat disimpulkan bahwa tidak adanya keserasian antara fungsi-fungsi jiwa sehingga tida mampu mengatasi goncangan-goncangan, orang yang gagal dalam mengadakan penyesuaian (maladjusted), tidak dapat menerima kenyataan dirinya ataupun orang lain, banyak menggantungkan diri pada orang lain, merasa tidak bebas, erasa tidak bahagia dan tidak punya teman, banyak dikuasai oleh emosi, tidak menatap masa depan dengan baik.

5. Prinsip Kesehatan Mental

Jaelani (2001) mengungkapkan beberapa prinsip kesehatan mental di antaranya:

- a. Gambaran dan sikap yang baik terhadap diri sendiri

Orang yang memiliki self image memiliki kemampuan menyesuaikan diri

- b. Keterpaduan atau integrasi diri

Keterpaduan diri berarti adanya keseimbangan antara kekuatan- kekuatan jiwa dalam diri, kesatuan pandangan dalam hidup, dan kesanggupan mengatasi stres. Orang yang memiliki keseimbangan diri berarti orang yang seimbang kekuatan id, ego, dan super egonya.

Perwujudan diri

Pentingnya aktualisasi diri dalam kesehatan mental ditegaskan oleh Reiff dimana menurutnya orang yang sehat mentalnya adalah orang yang mampu mengaktualisasikan diri atau mewujudkan potensi yang dimilikinya dan memenuhi kebutuhannya dengan cara baik dan memuaskan.

- c. Berkemampuan menerima orang lain, melakukan aktivitas sosial, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan tempat tinggal
- d. Kemampuan menerima orang lain berarti kesediaan menerima kehadiran, mencintai, menghargai, menjalin persahabatan, dan memperlakukan orang lain dengan baik. Melakukan aktivitas sosial berarti bersedia bekerja sama dengan masyarakat dalam melakukan pekerjaan sosial yang menggugah hati. Menyesuaikan diri dengan lingkungan berarti berusaha untuk mendapatkan rasa aman, damai, dan bahagia dalam hidup

bermasyarakat di lingkungan tempat tinggalnya. Manusia yang memiliki ketiga kemampuan ini merupakan tanda dari manusia yang sehat mentalnya.

e. Berminat dalam tugas dan pekerjaan

Setiap manusia harus berminat dalam tugas dan pekerjaan yang ditekuninya.

f. Agama, cita-cita, dan falsafah hidup

Dengan agama manusia dapat terbantu dalam mengatasi persoalan hidup yang berada di luar kesanggupan dirinya sebagai manusia yang lemah.

Dengan cita-cita manusia dapat bersemangat dan bergairah dalam perjuangan hidup yang berorientasi ke masa depan. Dengan falsafah hidup manusia dapat menghadapi tantangan yang dihadapinya dengan mudah.

g. Pengawasan diri

Manusia yang memiliki pengawasan diri akan terhindar dari kemungkinan perbuatan yang bertentangan dengan hukum, baik hukum agama, adat, maupun aturan moral dalam hidupnya.

h. Rasa benar dan tanggung jawab

Rasa benar dan rasa tanggung jawab penting bagi tingkah laku karena setiap individu ingin bebas dari rasa dosa, salah dan kecewa. Sebaliknya rasa benar, tanggung jawab dan sukses adalah keinginan setiap manusia yang sehat mentalnya.

B. Media Sosial

1. Pengertian Media Sosial

Media dalam komunikasi menurut Hernandez (2005) adalah komponen dari komunikasi interpersonal yang merupakan saluran atau sarana yang memfasilitasi pihak yang saling berkomunikasi secara tidak langsung. Dengan adanya perkembangan teknologi, muncul internet yang menghapus batasan waktu dan tempat, sehingga memungkinkan orang untuk berkomunikasi dengan orang di bagian bumi yang lain kapan pun. Komunikasi yang bermediakan internet inilah yang kemudian disebut dengan media sosial.

Yunus (2010) menjelaskan bahwa media sosial merupakan media yang terhubung dengan jaringan internet yang memungkinkan pengguna melakukan komunikasi dalam dunia virtual atau online. Media sosial juga diartikan sebagai sekumpulan aplikasi berbasis internet yang menjalankan fungsinya melalui partisipasi pengguna dengan menciptakan isi, merubah isi yang telah ada, berkontribusi pada dialog masyarakat, dan menyatukan berbagai media Tapscott & William (dalam Kaplan & Haenlein, 2010). Jalonen (2014) menjelaskan bahwa pada umumnya media sosial merujuk pada alat komunikasi antar manusia dimana mereka dapat menciptakan, berbagi, dan bertukar informasi dalam jaringan internet (networks). Selain itu, media sosial juga diartikan sebagai sebuah bentuk komunikasi yang bermediasikan komputerisasi, seperti email dan percakapan online yang memungkinkan pengguna untuk bertukar konten melalui internet Ahlqvist (2008). Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa media sosial merupakan media terkomputerisasi yang dapat berupa aplikasi yang terhubung

dengan internet yang memungkinkan penggunaanya untuk melakukan berbagai aktivitas komunikasi secara tidak langsung (online) dalam networks.

2. Fungsi Media Sosial

Media sosial dalam peranannya sebagai alat komunikasi memiliki beberapa fungsi utama, diantaranya adalah sebagai berikut (Jalonen, 2014):

- a. Media komunikasi (communication)
- b. Sebagai alat komunikasi, media sosial menyediakan alat berbagi, menyimpan, mempublikasikan isi, berdiskusi, menyatakan pendapat, dan termasuk mempengaruhi
- c. Media kolaborasi (collaboration)
- d. Media sosial memungkinkan pengguna menciptakan konteks kolektif dan merubahnya tanpa batasan waktu dan tempat.
- e. Media penghubung (connecting)
- f. Dalam tugasnya sebagai penghubung, media sosial adalah cara baru untuk membangun jaringan dengan orang lain, mensosialisasikan profil diri kepada masyarakat, dan menciptakan dunia virtual.
- g. Media pelengkap (completing)
- h. Media sosial memiliki alat yang memungkinkan pengguna untuk melengkapi konten dengan mendeskripsikan, menambahi atau menyaring informasi, menandai konten, dan menunjukkan hubungan antar konten.
- i. Media penggabung (combining)

Media sosial penghubung atau yang biasa disebut dengan istilah mash-ups diciptakan untuk memungkinkan pengguna untuk menggabungkan, mencampurkan, atau membuka konten-konten dari berbagai aplikasi.

3. Bentuk-bentuk Media Sosial

Komunikasi secara tidak langsung melalui internet dapat dilakukan melalui berbagai bentuk media sosial (Jalonen, 2014), di antaranya:

- a. Blog (misalnya: blogger, wordpress, Facebook)
- b. Mikroblog (misalnya: Twitter, Google+, LinkedIn)
- c. Podcasts (misalnya: iTunes)
- d. Videocasts (misalnya: YouTube)
- e. Media sharing system (misalnya: SlideShare, dropbox, intagram)
- f. Forum diskusi (misalnya: Apple Support Communities, Kaskus)
- g. Pesan instan (misalnya: Skype, Whatsapp, LINE)
- h. Shared workspaces (misalnya: GoogleDocs)
- i. Mash-ups (misalnya: Google Maps, Foursquare)
- j. Wikis (misalnya: Wikipedia, drama Wiki)

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa media sosial dapat ditemukan dalam berbagai bentuk. Media sosial tidak terbatas pada media yang berupa tulisan, tetapi juga media gambar dan suara, maupun gabungan antara ketiganya.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Kata remaja berasal dari Bahasa latin yaitu *adolescence* yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa (Golinko, dalam Yudrik, 2011). Menurut Papalia (2001), masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya di mulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia belasan tahun atau awal dua puluhan tahun. Menurut erikson (dalam Santrock, 2003) masa remaja merupakan masa terjadinya krisis identitas. Artinya bahwa individu yang berada pada masa remaja, mencari kejelasan tentang siapa dirinya dalam masyarakat. Pada masa ini, individu tidak menginginkan untuk disamakan dengan orang lain dalam segala hal.

Menurut Santrock (2011) yang mengatakan remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosio-emosional. Berdasarkan paparan ahli mengenai pengertian masa remaja di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa masa remaja merupakan peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa yang di tandai dengan adanya perkembangan pesat yang meliputi perkembangan pada fisik, mental, social-ekonomi dan seksual sekunder. Pada masa ini biasanya individu yang mengalami krisis identitas dimana individu belum menemukan siapa dirinya dalam masyarakat, sehingga individu akan melakukan berbagai macam hal guna menunjukkan keberadaan akan dirinya dalam masyarakat

2. Ciri-ciri Remaja

Menurut pandangan Sarwono (2013), ciri-ciri remaja adalah sebagai berikut :

- a. Minat yang makin mantap dan fungsi-fungsi intelek.
- b. Egonya mencari kesempatan untuk, bersatu dengan orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru.
- c. Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
- d. Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan oranglain.
- e. tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (private self) dan masyarakat umum (the public).

3. Pembagian Perkembangan Masa Remaja.

Menurut Santrock (2011) masa remaja diklarifikasikan berdasarkan penggolongan usia sebagai berikut:

- a) Masa remaja awal/dini (early adolescence) usia 11-13 tahun.
- b) Masa remaja pertengahan (middle adolescence) usia 14-16 tahun.
- c) Masa remaja lanjut (late adolescence) : usia 17-20 tahun.

4. Tugas Perkembangan Remaja

Kay (dalam Syamsu Yusuf, 2001) mengemukakan beberapa tugas-tugas perkembangan remaja, diantaranya:

- a. Fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya.
- b. Mencapai kemandirian emosional dari orangtua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.
- c. Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individual maupun kelompok.

- d. Menemukan manusia model yang dijadikan identitasnya.
- e. Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.
- f. Memperkuat self-control (kemampuan pengendalian diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup (Weltanschauung).
- g. Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/ perilaku) kekanak-kanakan.

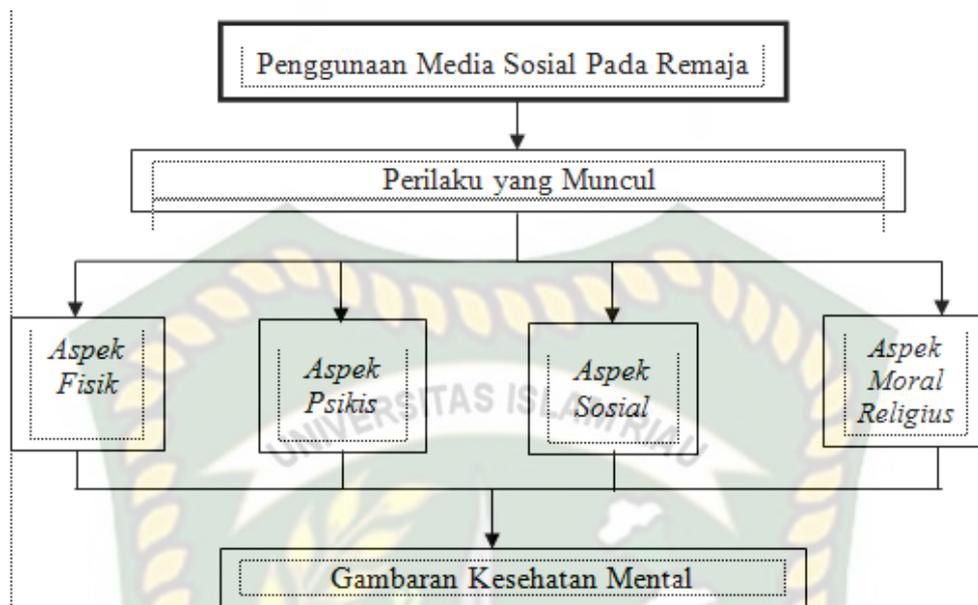
D. Gambaran Kesehatan Mental Remaja Pengguna Media Sosial

Media sosial merupakan salah satu perkembangan teknologi komunikasi paling aktual di Indonesia selama lebih dari lima tahun terakhir. Media sosial disamping memiliki fungsi utama sebagai platform sejumlah informasi, juga dapat digunakan sebagai sarana bisnis, berbagai macam data, sarana hiburan, bahkan sebagai alat dokumentasi. Hasil penemuan Chatham (2017) menyatakan bahwa media sosial yang paling berbahaya terhadap gambaran kesehatan mental adalah Instagram, karena instagram adalah platform media sosial yang membuka banyak kesempatan bagi aktifitas para usernya untuk mengakses foto ataupun video yang dilarang.

Dalam hal ini pengguna media sosial terbesar merupakan kelompok remaja sekolah, terutama pada Sekolah Menengah Atas. Respon kelompok remaja terhadap penggunaan media sosial cukup tinggi, walaupun belum tentu penggunaan media sosial tersebut dimanfaatkan seluruhnya secara optimal dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Hal tersebut menyebabkan remaja dalam menggunakan media sosialnya secara berlebihan akan mengganggu kesehatan mentalnya. Semakin sering frekuensi dan beragam jenis informasi yang diperoleh akan mempengaruhi remaja untuk mudah lelah, stres dan depresi. Penelitian yang dilakukan oleh Creemer (2017) juga menyatakan bahwa seiring adanya bukti bahwa potensi bahaya dari pengguna media sosial dapat memperburuk kesehatan mental pada remaja.

Kesehatan mental yang akan terganggu akibat penggunaan media sosial adalah menurunnya karakteristik kesehatan mental yang meliputi aspek fisik, psikis, sosial dan moral remaja pada lingkungannya. Temuan dari buruknya kesehatan mental remaja pengguna media sosial terbukti pada studi *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* oleh penelitian Brenda (2015) yang menemukan bahwa frekuensi penggunaan media sosial yang terlampaui sering pada remaja akan meningkatkan risiko kesehatan mental yang buruk. Remaja akan lebih banyak berdiam diri untuk mengakses informasi pada media sosialnya sehingga akan menurunkan sikap empati dan responsivitas manusia pada umumnya. Berikut ini adalah gambar kerangka pemikiran pada penelitian ini (Gambar 1).



Gambar 1
Kerangka Berfikir Penelitian

Sumber: Chatham (2017)