

POTENSI PAPARAN MEDIA SOSIAL PADA GEJALA HIPERAKTIVITAS REMAJA DI KOTA JAYAPURA

Asriati^{1*}, Lisda Oktavia Madu Pamangin², Helen Try Juniasti³, Natalia Paskawati Adimuntja⁴, Fajrin Violita⁵, Muhammad Akbar Nuridin⁶, Maria Papuana Natalia Mayabubun⁷, Marlessy Christina Taa⁸

¹⁻⁸Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Cenderawasih

Email Korespondensi: asrineliti@gmail.com

Disubmit: 22 Agustus 2025

Diterima: 08 April 2026

Diterbitkan: 01 Mei 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v6i5.22236>

ABSTRACT

Social media use (SMU) among children and adolescents has increased since the Covid-19 pandemic. SMU can become addictive and is related to the emergence of health problems, such as symptoms of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD). This study aims to determine the relationship of SMU among adolescents in Jayapura to the risk of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD). This was a cross-sectional survey in August 2024. The samples in this study were from 301 adolescents aged 15-19 years at SMAN 2 Jayapura. Data analysis using the Pearson correlation test. Most respondents were female (50,8%), and most respondents parent jobs were Civil Servants (38,9%). A total of 46 people (15.28%) of respondents had ADHD symptoms, women were more likely to show ADHD symptoms (18,2%), and as many as 33 people (10.96%) of adolescents who experienced social media addiction were in the severe category. The correlation between social media addiction and ADHD symptoms is positive with a moderate correlation strength ($r = 0.5419$; p -value 0.000), so there is a significant relationship between social media addiction and the incidence of ADHD. Adolescents who experience increased social media addiction also experience increased ADHD symptoms. Appropriate management and policies are needed in the prevention and control of social media use and ADHD in children and adolescents. Parents and schools should pay more attention to adolescents with internet and social media addiction, and ADHD symptoms should be carefully evaluated.

Keywords: Social Media, ADHD, Adolescents.

ABSTRAK

Penggunaan media sosial (SMU) di antara anak-anak dan remaja telah meningkat sejak pandemi Covid-19. SMU dapat menjadi adiktif dan terkait dengan munculnya masalah kesehatan, seperti gejala gangguan hiperaktif defisit perhatian (ADHD). Penelitian ini bertujuan untuk menentukan hubungan penggunaan media sosial di kalangan remaja di Jayapura dengan risiko ADHD. Penelitian ini adalah survei cross-sectional pada Agustus 2024. Sampel dalam penelitian ini berasal dari 301 remaja berusia 15-19 tahun di SMAN 2 Jayapura. Analisis Data menggunakan uji Korelasi Pearson. Sebagian besar responden adalah perempuan (50,8%), dan sebagian besar responden pekerjaan orang tua

adalah pegawai negeri sipil (38,9%). Sebanyak 46 orang (15,28%) responden mengalami gejala ADHD, remaja perempuan lebih cenderung menunjukkan gejala ADHD (18,2%), dan sebanyak 33 orang (10,96%) remaja yang mengalami kecanduan media sosial ada di kategori berat. Korelasi antara kecanduan media sosial dan gejala ADHD positif dengan kekuatan korelasi sedang ($r = 0,5419$; p -value 0,000), sehingga ada hubungan yang signifikan antara kecanduan media sosial dan kejadian ADHD. Remaja yang mengalami peningkatan kecanduan media sosial juga mengalami peningkatan gejala ADHD. Manajemen dan kebijakan yang tepat diperlukan dalam pencegahan dan kontrol penggunaan media sosial dan risiko ADHD pada anak-anak dan remaja. Orang tua dan sekolah harus lebih memperhatikan remaja dengan kecanduan internet dan media sosial, dan gejala ADHD harus dievaluasi dengan cermat.

Kata Kunci: Media Sosial, ADHD, Remaja.

PENDAHULUAN

Penggunaan media sosial berkembang sangat pesat. Sampai April tahun 2020, terdapat 3,81 miliar pengguna aktif media sosial yang menjadikan lebih banyak orang memiliki akses terhadap informasi kesehatan masyarakat secara lebih cepat dan langsung dibandingkan sebelumnya (Kanchan & Gaidhane, 2023). Di tahun 2023, penggunaan media sosial telah meningkat secara eksponensial dengan lebih dari 4,8 miliar orang menggunakan media sosial di seluruh dunia dimana sekitar 90% remaja menggunakan setidaknya satu platform media sosial, dengan rata-rata penggunaan tiga platform media sosial setiap hari, menghabiskan hampir 3 jam setiap hari untuk berinteraksi dengan platform tersebut (Khan., Thomas., Karatela., Morawka., & Werner-Seidler., 2024). Di Indonesia pada tahun 2022, jumlah pengguna media sosial di Indonesia meningkat 21 juta atau 12,6% dari tahun sebelumnya menurut We Are Social dengan media sosial yang paling banyak dikunjungi masyarakat Indonesia adalah whatsapp (88,7%), instagram (84,8%), facebook (81,3%), dan tiktok (63,1%), (Jamaluddin. & Aulis Syarifah., 2022). Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet

Indonesia (APJII), remaja merupakan pengguna media sosial yang paling aktif dengan tingkat 75,05% dan mereka dapat dengan mudah menggunakan media sosial (Syafwan & Daulay, 2023).

Media sosial telah merevolusi cara berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain, khususnya bagi remaja yang semakin banyak menghabiskan waktu *online* dan lebih sedikit waktu berinteraksi dengan orang lain, teman, keluarga, dan teman sebaya dalam kehidupan nyata untuk sosialisasi, hiburan, dan berbagi informasi. Penggunaan media sosial memberikan beberapa manfaat, seperti komunikasi dan koneksi, mengakses informasi baru, kesempatan belajar, berpartisipasi dalam kegiatan komunitas, serta menerima dan menawarkan dukungan emosional dan layanan kesehatan. Namun, sejalan dengan tingginya penggunaan media sosial oleh remaja, terdapat peningkatan kecenderungan kualitas tidur yang buruk, termasuk durasi tidur yang lebih pendek dan kesulitan memulai tidur (Khan. et al., 2024).

Penggunaan media sosial secara berlebihan juga menyebabkan kecanduan. Kecanduan media sosial merupakan

gangguan psikologis di mana penggunanya menghabiskan banyak waktu untuk mengakses media sosial yang disebabkan oleh rasa ingin tahu yang tinggi, kurangnya kontrol diri, serta kurangnya kegiatan produktif di kehidupannya (Wulandari, & Netrawati., 2020). Berdasarkan survei meta analisis kecanduan internet tertinggi terjadi di Timur Tengah (10.9%), kemudian Amerika Utara (8,0%) dan Asia (7,1%). Tingkat kecanduan internet pada remaja di China sebesar 2,2- 9,6%, Jepang 3,1- 6,2%, Filipina 4,9-21,1%, dan Hong Kong 3,0- 16,4%. Di Indonesia, penggunaan gadget didominasi oleh remaja. Badan Pusat Statistik (BPS) bekerjasama dengan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mencatat angka pertumbuhan pengguna internet di Indonesia hingga akhir tahun 2013 mencapai 71,19 juta orang, meningkat pada tahun 2014 mencapai 83,7 juta orang. Remaja kecanduan internet di Indonesia sebesar 42,4%. Dari keseluruhan remaja pengguna internet, 70% diantaranya menggunakan internet untuk mengakses hal negatif seperti *cybercrime*, *cyberporn*, dan game online dengan intensitas lebih dari 3 jam perhari (Rini & Huriah, 2020). Selain kecanduan, penggunaan media sosial bermasalah dapat menyebabkan gangguan kesehatan mental seperti *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD).

ADHD adalah gangguan kejiwaan yang menyerang anak-anak, remaja, dan orang dewasa di seluruh dunia. ADHD ditandai dengan kurangnya perhatian atau tidak mampu menjaga fokus atau perhatian pada suatu hal, hiperaktif atau gerakan berlebihan yang tidak sesuai dengan suasana atau merasa gelisah, dan impulsif atau tindakan tergesa-gesa (Sagar & Kumar., 2021). Selain depresi, ADHD juga dapat terjadi akibat perilaku adiktif sosial

media seperti kecanduan video berdurasi pendek yang sedang marak di platform media sosial seperti TikTok dan Instagram. Sebuah penelitian menemukan bahwa mahasiswa yang menggunakan lebih banyak aplikasi video berdurasi pendek memiliki tingkat kecanduan internet yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang menggunakan lebih sedikit aplikasi video berdurasi pendek. Penelitian tentang penggunaan aplikasi TikTok menemukan, pengguna TikTok yang kecanduan memiliki kondisi kesehatan mental yang lebih buruk dibandingkan bukan pengguna dan pengguna moderat, termasuk tingkat depresi, kecemasan, dan banyak masalah lainnya yang lebih tinggi (Zhu, Jiang, Lei, Wang, & Zhang, 2024).

Prevalensi anak ADHD berkisar antara 3-10% pada anak-anak usia sekolah, dan 35- 50% kasus ADHD dapat berlanjut ke masa remaja atau dewasa. Dengan prevalensi lebih dari 5%, gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktif (ADHD) adalah salah satu gangguan yang paling sering terjadi pada psikiatri anak dan remaja (Drechsler et al., 2020). Diperkirakan 31% kasus ADHD pada remaja di di USA, Eropa dan Jepang menjadi kasus ADHD dewasa (usia > 19 tahun) dan 69% kasus ADHD pada usia 3-19 tahun. Penelitian serupa menemukan 15%-20% ADHD menetap sampai dewasa dan 65% di antaranya mengalami masalah di bidang akademis dan pekerjaannya (Setiawan, 2017). Meskipun penelitian sebelumnya menemukan bahwa sebagian besar anak sekolah dasar menderita ADHD (26,2 %) di ibu kota Indonesia, DKI Jakarta, namun masih belum ada data mengenai prevalensi ADHD di Indonesia (Murtani et al., 2020). Termasuk di Kota Jayapura belum tersedia data mengenai ADHD. Namun, penggunaan media sosial

juga mulai meningkat pada remaja di Kota Jayapura. Khususnya semenjak pandemi covid 19 dimana seluruh sekolah mengalihkan pembelajarannya menjadi pembelajaran daring. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran penggunaan media sosial pada remaja usia 15-19 tahun di Kota Jayapura dan kaitannya dengan risiko kejadian ADHD. Berdasarkan tujuan penelitian, pertanyaan penelitian ini adalah bagaimana gambaran penggunaan media sosial dan risiko kejadian ADHD pada remaja usia 15-19 tahun di Kota Jayapura? Dan, apakah terdapat hubungan antara penggunaan media sosial dengan risiko kejadian ADHD pada remaja?.

KAJIAN PUSTAKA

Attention Deficit Hyperactivity Disorder atau ADHD adalah gangguan perkembangan saraf. ADHD merupakan kelainan yang bermanifestasi di masa kanak-kanak dengan gejala hiperaktif, impulsif, dan/atau kurang perhatian. Media sosial merupakan teknologi yang menjadi sangat penting di era globalisasi. Istilah "Media Sosial" digunakan pertama kali untuk menggambarkan evolusi aplikasi WEB 2.0 yang bersifat terbuka dan sosial dengan definisi platform *online* yang luas di mana orang dapat berkomunikasi dan berbagi informasi dan ketika kita memasuki era digital, platform media ini menjadi lebih populer.

Beragam fungsi yang menarik dan penggunaan yang praktis pada media sosial membuat semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial. Namun, kenyamanan dan kemudahan tersebut menciptakan masalah-masalah sosial seperti cyberbullying pada individu rentan karena kecanduan media sosial, turunnya kualitas interaksi sosial di

dunia nyata, depresi dan kesepian, sampai meningkatkan perilaku phubbing. Selain itu, kecanduan media sosial dapat berisiko menurunkan kesejahteraan psikologis pada individu, serta munculnya masalah-masalah kesehatan mental seperti ADHD (Krisnadi & Adhandayani, 2022).

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian cross-sectional study, yaitu penelitian yang dilakukan untuk mempelajari hubungan antara faktor risiko dengan pengaruhnya dengan menggunakan pendekatan, observasi, atau pengumpulan data sekaligus pada satu waktu (point time approach). Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei sampai dengan bulan November 2024.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja usia 15-19 tahun di SMA Negeri 2 Jayapura. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 301 orang remaja usia 15-19 tahun di SMA Negeri 2 Jayapura dan diambil dengan menggunakan teknik Stratified Random Sampling. Risiko Attention Deficit Hyperactivity Disorders (ADHD) dinilai dengan menggunakan 18 item pertanyaan dalam kuesioner DSM V yang diukur dengan skala likert yaitu "0 = tidak pernah", "1 = kadang-kadang", "2 = sering", "3 = sangat sering atau selalu". Responden yang memiliki gejala ADHD jika memiliki skor 12 atau lebih gejala dalam kategori 2 dan 3. Penggunaan Media Sosial menggunakan 20 item pertanyaan dalam kuesioner Social Media Addiction yang dimodifikasi dari Internet Addiction Test oleh Young (1998) dan Kuss & Griffiths (2011). Hasil pengukuran kuesioner menggunakan skala 0 hingga 5 dengan "0 = tidak pernah", "1 = jarang", "2 = kadang-kadang", "3 =

sering", "4 = sangat sering", dan "5 = selalu". Analisis data menggunakan

uji korelasi Pearson dengan interval kepercayaan 95%.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Gejala ADHD

| Gejala ADHD | Frekuensi | Presentase (%) |
|-----------------------------------|-----------|----------------|
| Gejala ADHD | | |
| Ya | 46 | 15,3 |
| Tidak | 255 | 84,7 |
| Gejala ADHD pada Laki-laki | | |
| Ya | 18 | 12,1 |
| Tidak | 130 | 87,7 |
| Gejala ADHD pada Perempuan | | |
| Ya | | |
| Tidak | 28 | 18,2 |
| | 125 | 81,7 |

Distribusi gejala ADHD menunjukkan sebanyak 46 orang (15,28%) responden memiliki gejala ADHD, namun paling banyak responden (84,72%) tidak memiliki

gejala ADHD. Dimana, remaja perempuan lebih banyak yang menunjukkan gejala ADHD yaitu 18,2%, sementara pada remaja pria sebanyak 12,1%.

Tabel 2. Distribusi Persepsi Responden tentang ADHD

| Persepsi | Jumlah (n) | Presentase (%) |
|-------------------------------------|------------|----------------|
| Pernah mendengar ADHD | | |
| Ya | 90 | 29,9 |
| Tidak | 211 | 70,1 |
| Sumber informasi ADHD | | |
| Guru | 16 | 5,3 |
| Tenaga Kesehatan | 23 | 7,6 |
| Media Sosial | 56 | 18,6 |
| Pernah merasa mengalami ADHD | | |
| Ya | 14 | 5,6 |
| Tidak | 41 | 13,6 |
| Tidak Tahu | 31 | 12,3 |

Persepsi mengenai ADHD digambarkan pada tabel 2. Sebanyak 29,9 responden pernah mendengar mengenai ADHD. Sumber informasi responden yang pernah mendengar mengenai ADHD paling banyak

berasal dari media sosial yaitu 56 orang (18,6%). Sementara, dari responden yang pernah mendengar mengenai ADHD terdapat 17 orang (5,6%) pernah merasa mengalami ADHD.

Tabel 3. Distribusi Penggunaan Media Sosial

| Kategori | Jumlah (n) | Presentase (%) |
|---------------------------------------|------------|----------------|
| Tingkat Pengguna Media Sosial | | |
| Berat | 33 | 10,9 |
| Sedang | 169 | 59,2 |
| Ringan | 99 | 32,9 |
| Durasi membuka media sosial | | |
| ≥3 jam sehari | 217 | 72,1 |
| <3 jam sehari | 84 | 27,9 |
| Frekuensi membuka media sosial | | |
| ≥4 kali sehari | 237 | 78,7 |
| <4 kali sehari | 64 | 21,3 |

Hasil penelitian ini menemukan sebanyak 10,9% remaja mengalami kecanduan media sosial pada kategori berat, serta sebagian besar mengalami kecanduan media sosial pada kategori sedang (Tabel 3). Pada

tabel 3 juga menunjukkan frekuensi responden yang membuka media sosial lebih dari 3 jam sehari sebanyak 217 (72,1%) dan yang membuka media sosial lebih dari 4 kali sehari sebanyak 237 (78,7%).

Tabel 4. Uji Korelasi Pearson

| Variabel | P-value | r |
|---|---------|---------|
| Penggunaan media sosial dengan gejala hiperaktivitas | 0,000 | 0,4503 |
| Penggunaan media sosial dengan gejala kurang perhatian dan impulsif | 0,000 | 0,5233 |
| Penggunaan media sosial dengan gejala ADHD | 0,000 | 0,5419 |
| Usia dengan Gejala ADHD | 0,000 | -0,1875 |

Hasil analisis korelasi antara kecanduan media sosial dengan gejala ADHD pada remaja menggunakan uji korelasi Pearson menemukan korelasi antara kecanduan media sosial dengan gejala hiperaktivitas adalah positif artinya ketika kecanduan media sosial meningkat, maka gejala hiperaktivitas juga meningkat. Besarnya korelasi termasuk sedang dengan $r = 0,4503$. Nilai p value sebesar 0,000 yang berarti korelasi antara kecanduan media sosial dengan gejala hiperaktivitas bermakna secara statistik. Sementara, korelasi antara kecanduan media sosial dengan gejala kurang perhatian dan impulsif adalah positif artinya ketika

kecanduan media sosial meningkat, maka gejala kurang perhatian dan impulsif juga meningkat. Besarnya korelasi termasuk sedang dengan $r = 0,5233$. Nilai p value sebesar 0,000 yang berarti korelasi antara kecanduan media sosial dengan gejala kurang perhatian dan impulsif bermakna secara statistik. Kemudian, korelasi antara kecanduan media sosial dan gejala ADHD adalah positif artinya jika kecanduan media sosial meningkat, gejala ADHD juga meningkat. Besarnya korelasi termasuk sedang dengan $r = 0,5419$. Nilai p value 0,000 sehingga korelasi antara kecanduan media sosial dengan gejala ADHD bermakna secara statistik. Sementara, uji korelasi

Pearson untuk variabel usia. Hasilnya, korelasi antara usia dengan gejala ADHD adalah negatif artinya apabila usia meningkat, maka gejala ADHD menurun. Besarnya korelasi

termasuk sangat lemah dengan $r = -0,1875$. Nilai p value sebesar 0,001 yang berarti korelasi antara usia dengan gejala ADHD bermakna secara statistik.

PEMBAHASAN

Attention Deficit Hyperactivity Disorder atau ADHD adalah gangguan perkembangan saraf. ADHD merupakan kelainan yang bermanifestasi di masa kanak-kanak dengan gejala hiperaktif, impulsif, dan/atau kurang perhatian. Hasil penelitian ini menemukan sekitar lima belas persen responden memiliki gejala ADHD, namun paling banyak responden tidak memiliki gejala ADHD (Tabel 1). *American Psychiatric Association* menyatakan estimasi prevalensi ADHD bervariasi di seluruh dunia, dimana terdapat 5% anak-anak memiliki ADHD dengan prevalensi yang lebih rendah pada orang dewasa. Sedangkan menurut CDC, sebanyak diperkirakan 6,1 juta anak Amerika (9,4%) berusia antara 2-17 tahun pernah didiagnosis ADHD, dengan sekitar setengahnya berusia 12-17 tahun (Cabral, Liu, & Soares, 2020).

Hasil penelitian juga menemukan perempuan lebih banyak yang mengalami gejala ADHD dibandingkan laki-laki (Tabel 1). Pada perbedaan gender, laki-laki lebih mungkin menunjukkan gejala hiperaktif/impulsif, sedangkan perempuan lebih mungkin menunjukkan gejala kurang perhatian, namun prevalensi perempuan dengan ADHD berpotensi untuk meningkat (Cabral et al., 2020).

Salah satu faktor yang mempengaruhi gejala ADHD pada remaja adalah kecanduan media sosial. Survei *We are Social* tahun 2020 menemukan rata-rata durasi penggunaan internet di ponsel

selama 7 jam 59 menit, dan sebanyak waktu 3 jam 46 menit dihabiskan di media sosial. Penelitian lainnya juga mengungkapkan bahwa kecanduan media sosial cenderung menurunkan kesejahteraan psikologis pada individu, serta munculnya masalah-masalah kesehatan mental seperti ADHD (Krisnadi & Adhandayani, 2022). Hasil penelitian ini menemukan sebanyak 10,9% remaja mengalami kecanduan media sosial pada kategori berat, serta frekuensi remaja yang membuka media sosial lebih dari 3 jam sehari sebanyak 217 (72,1%) dan yang membuka media sosial lebih dari 4 kali sehari sebanyak 237 (78,7%).

Hasil analisis korelasi antara kecanduan media sosial dengan gejala ADHD pada remaja pada penelitian ini menemukan terdapat korelasi yang positif dan bermakna secara statistik antara kecanduan media sosial dan gejala ADHD yang artinya jika kecanduan media sosial meningkat, gejala ADHD juga meningkat. Begitupun dengan kecanduan media sosial dengan gejala hiperaktivitas dan kurang perhatian serta impulsif yang memiliki korelasi positif dan bermakna secara statistik. Sehingga, ketika remaja mengalami kecanduan media sosial yang meningkat, maka gejala hiperaktivitas, kurang perhatian dan impulsif juga meningkat.

Hasil analisis korelasi tersebut sejalan dengan penelitian-penelitian lain yang menemukan terdapat hubungan positif antara penggunaan media sosial dan perilaku terkait

ADHD. Kecanduan internet, peningkatan penggunaan media, siklus tidur-bangun yang buruk, dan permainan internet semuanya berkaitan dengan ADHD di kalangan remaja (Froehlich et al., 2011; Nikkelen, Valkenburg, Huizinga, & Bushman, 2014; Stavropoulos et al., 2019). Selain itu, terdapat hubungan positif antara *internet addiction* (IA) dan ADHD bahkan setelah mengendalikan faktor pengganggu (Wang, Yao, Zhou, Liu, & Lv, 2017). Keterlibatan frekuensi tinggi dalam setiap aktivitas media digital dikaitkan dengan kemungkinan yang secara signifikan lebih tinggi untuk memiliki gejala ADHD pada remaja, dimana remaja dengan aktivitas media digital tinggi memiliki peluang 1,11 kali lebih besar untuk mengalami ADHD dibandingkan remaja yang tidak memiliki aktivitas media digital tinggi (Ra et al., 2018).

Meskipun penelitian tentang dampak waktu layar digital terhadap kesehatan remaja masih belum sepenuhnya dipahami dari aspek konsekuensi perkembangan saraf dari paparan platform digital, namun sebuah penelitian menemukan penggunaan media digital yang berlebihan pada remaja dapat memengaruhi fungsi otak dan perkembangan kognitif, termasuk gangguan perhatian dan gangguan pemrosesan memori, serta gangguan dalam pengaturan impuls dan pemrosesan penghargaan. Misalnya pada pengguna aplikasi *facebook* berat memiliki memori jangka pendek yang buruk dibandingkan pengguna ringan, serta pengguna situs jejaring sosial memiliki masalah kurang perhatian. Terdapat hubungan yang signifikan, meskipun sederhana, antara penggunaan media digital modern (misalnya memeriksa media sosial, mengirim pesan teks, memuat tulisan/posting, dll.) dan gejala ADHD (Wallace,

Boers, Ouellet, Afzali, & Conrod, 2023). Hasil penelitian ini yang menemukan intensitas penggunaan sosial media pada remaja ditemukan sebagian besar membuka media sosial lebih dari 3 jam sehari dengan lebih dari 4 kali sehari.

Kecanduan internet dapat dianggap sebagai faktor risiko pengembangan ADHD oleh hasil survei *Pew Research Center*, hal ini disebabkan pengalihan yang terus-menerus dapat mengganggu pematangan normal kemampuan perhatian dan organisasi yang berkelanjutan. Selain itu, internet ini juga menyediakan akses langsung dan cepat ke pengalaman yang sangat merangsang seperti musik, video, film, dan semua jenis interaksi lainnya dengan umpan balik yang cepat sebagai respons terhadap masukan pengguna. Akibatnya, ketika pengguna terbiasa dengan umpan balik yang cepat ini, gangguan kontrol impuls dan hilangnya kesabaran dapat terjadi, yang menyebabkan gejala ADHD (Farchakh Y, Dagher M, Barbar S, Haddad C, Akel M, Hallit S, 2022).

Dilakukan juga uji korelasi Pearson untuk variabel usia (Tabel 4). Hasilnya, korelasi antara usia dengan gejala ADHD adalah negatif artinya apabila usia meningkat, maka gejala ADHD menurun. Besarnya korelasi termasuk sangat lemah dengan $r = -0,1875$. Nilai *p*-value sebesar 0,001 yang berarti korelasi antara usia dengan gejala ADHD bermakna secara statistik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menemukan prevalensi ADHD pada anak-anak berusia 3 hingga 12 tahun lebih tinggi daripada pada remaja berusia 12 hingga 18 tahun, dimana pada usia dewasa dan seiring bertambahnya usia, ADHD tampaknya semakin jarang terjadi (Salari, Ghasemi, Abdoli, Rahmani, & Shiri, 2023). Meskipun, ADHD pada anak-anak dan

remaja dapat bertahan hingga dewasa, namun menurut penelitian lain ditemukan terdapat penurunan kasus ADHD persisten (ADHD masa kanak-kanak) dan ADHD simtomatik (tidak termasuk ADHD masa kanak-kanak) pada orang dewasa (Song et al., 2021). Namun, ADHD pada orang dewasa tetap perlu menjadi perhatian sebab orang dewasa dengan ADHD lebih mungkin melakukan tindak pidana (Baggio et al., 2018).

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah menggunakan kuesioner gejala ADHD dimana sensitivitas diagnostik sebesar 79% dan spesifisitas sebesar 60% jika hanya diisi oleh siswa (Ra et al., 2018). Sehingga diharapkan kepada peneliti selanjutnya dapat menjadikan guru dan orang tua murid untuk turut menilai gejala ADHD pada remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa remaja yang mengalami gejala ADHD dengan gejala terbanyak terdapat pada perempuan. Sebanyak besar remaja mengalami adiksi media sosial tingkat sedang dan hanya sebagian kecil yang berada pada kategori tingkat berat. Terdapat hubungan yang signifikan antara adiksi media sosial dengan kejadian ADHD dengan arah korelasi positif yang memiliki kekuatan sedang. Dengan demikian, remaja yang mengalami adiksi media sosial meningkat maka gejala ADHD juga meningkat. Berdasarkan hasil penelitian di atas, diperlukan penatalaksanaan dan kebijakan yang tepat terhadap penggunaan media sosial pada remaja serta untuk mencegah dan mengendalikan ADHD pada anak dan remaja. Orang tua hendaknya lebih memperhatikan remaja yang adiksi internet dan media sosial. Pihak sekolah dan instansi kesehatan harus mulai

berkolaborasi untuk mencegah kejadian ADHD melalui program terintegrasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Baggio, S., Fructuoso, A., Guimaraes, M., Fois, E., Golay, D., Heller, P., ... Wolff, H. (2018). Prevalence Of Attention Deficit Hyperactivity Disorder In Detention Settings: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Frontiers In Psychiatry*, 9, 331. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2018.00331>
- Cabral, M. D. I., Liu, S., & Soares, N. (2020). Attention-Deficit / Hyperactivity Disorder : Diagnostic Criteria , Epidemiology , Risk Factors And Evaluation In Youth. *Translational Pediatric*, 9(Q), 104-113. <https://doi.org/10.21037/tp.2019.09.08>
- Drechsler, R., Brem, S., Walitza, S., Brandeis, D., Grünblatt, E., & Berger, G. (2020). Adhd : Current Concepts And Treatments In Children And Adolescents. *Neuropediatrics*, 51(5), 315-355.
- Farchakh Y, Dagher M, Barbar S, Haddad C, Akel M, Hallit S, O. S. (2022). Association Between Problematic Social Media Use And Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder In A Sample Of Lebanese Adults. *Prim Care Companion Cns Disord*, 24(2).
- Froehlich, T. E., Anixt, J. S., Loe, I. M., Chirdkiatgumchai, V., Kuan, L., & Gilman, R. C. (2011). Update On Environmental Risk Factors For Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder. *Current Psychiatry*

- Reports*, 13(5), 333-344.
<https://doi.org/10.1007/S11920-011-0221-3>
- Jamaluddin., & Aulis Syarifah., K. (2022). Faktor-Faktor Penyebab Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa Fik Uin Syarif Hidayatullah Jakarta. *Edu Dharma Journal : Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 06(02), 138-155.
- Kanchan, S., & Gaidhane, A. (2023). Social Media Role And Its Impact On Public Health: A Narrative Review. *Cureus*, 15(1), E33737.
<https://doi.org/10.7759/Cureus.33737>
- Khan., A., Thomas., G., Karatela., S., Morawka., A., & Werner-Seidler., A. (2024). Intense And Problematic Social Media Use And Sleep Difficulties Of Adolescents In 40 Countries Enhanced Reader.Pdf. *Journal Of Adolescence*, 1(10), 1-10.
- Krisnadi, B., & Adhandayani, A. (2022). Kecanduan Media Sosial Pada Dewasa Awal: Apakah Dampak Dari Kesepian? *Jca Psikologi*, 3(1), 47-55.
- Murtani, B. J., Wibowo, J. A., Liu, C. A., Goey, M. R., Harsono, K., Ayu, A., ... Wiguna, T. (2020). Knowledge / Understanding , Perception And Attitude Towards Attention- De Fi Cit / Hyperactivity Disorder (Adhd) Among Community Members And Healthcare Professionals In Indonesia. *Asian Journal Of Psychiatry*, 48(October 2019), 101912.
<https://doi.org/10.1016/J.Ajp.2019.101912>
- Nikkelen, S. W. C., Valkenburg, P. M., Huizinga, M., & Bushman, B. J. (2014). Media Use And Adhd-Related Behaviors In Children And Adolescents: A Meta-Analysis. *Developmental Psychology*, 50(9), 2228-2241.
<https://doi.org/10.1037/A0037318>
- Ra, C. K., Cho, J., Stone, M. D., Cerda, J. D. La, Goldenson, N. I., Moroney, E., ... Leventhal, A. M. (2018). Association Of Digital Media Use With Subsequent Symptoms Of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder Among Adolescents. *Jama*, 320(3), 255-263.
<https://doi.org/10.1001/Jama.2018.8931>
- Rini, M. K., & Huriah, T. (2020). Prevalensi Dan Dampak Kecanduan Gadget Pada Remaja : Literature Review, 5(1), 185-194.
- Sagar, S., & Kumar., N. (2021). Usages Of Social Media And Symptoms Of Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Adhd): A Cross- Sectional Study. *Psychology And Education*, 58(879-887).
- Salari, N., Ghasemi, H., Abdoli, N., Rahmani, A., & Shiri, M. H. (2023). The Global Prevalence Of Adhd In Children And Adolescents: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Italian Journal Of Pediatrics*, 49(48), 1-12.
- Setiawan, A. B. (2017). Aspek Neurologis Attention Deficit Hyperactivity Disorder (Adhd). *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, 2(1), 1-21.
- Song, P., Zha, M., Yang, Q., Zhang, Y., Li, X., & Rudan, I. (2021). The Prevalence Of Adult Attention-Deficit Hyperactivity Disorder: A Global Systematic Review And Meta-Analysis. *Journal Of Global Health*, 11, 4009.
<https://doi.org/10.7189/Jogh.11.04009>
- Stavropoulos, V., Adams, B. L. M., Beard, C. L., Dumble, E., Trawley, S., Gomez, R., &

- Pontes, H. M. (2019). Associations Between Attention Deficit Hyperactivity And Internet Gaming Disorder Symptoms: Is There Consistency Across Types Of Symptoms, Gender And Countries? *Addictive Behaviors Reports*, 9, 100158. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2018.100158>
- Syafwan, A. L., & Daulay, N. (2023). Pengaruh Stres Akademik Terhadap Kecanduan Media Sosial Dan Implikasinya Terhadap Bimbingan Dan Konseling. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(2), 441-449.
- Wallace, J., Boers, E., Ouellet, J., Afzali, M. H., & Conrod, P. (2023). Screen Time , Impulsivity , Neuropsychological Functions And Their Relationship To Growth In Adolescent Attention - Deficit / Hyperactivity Disorder Symptoms. *Scientific Reports*, 1-14. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-44105-7>
- Wang, B., Yao, N., Zhou, X., Liu, J., & Lv, Z. (2017). The Association Between Attention Deficit / Hyperactivity Disorder And Internet Addiction : A Systematic Review And Meta- Analysis, 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12888-017-1408-x>
- Wulandari., R., & Netrawati. (2020). Analisis Tingkat Kecanduan Media Sosial Pada Remaja. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 5(2), 41-46.
- Zhu, C., Jiang, Y., Lei, H., Wang, H., & Zhang, C. (2024). Heliyon The Relationship Between Short-Form Video Use And Depression Among Chinese Adolescents: Examining The Mediating Roles Of Need Gratification And Short-Form Video Addiction. *Heliyon*, 10(9), E30346. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.E30346>