



Hubungan Tingkat Penggunaan Media Sosial Dengan Harga Diri Remaja

Farah Aufa Dinah¹, Alini², Yusrina³

Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

farahaufa26@gmail.com, alini_09@yahoo.com, yusrina.up@gmail.com

Abstrak

Penggunaan media sosial yang berlebihan pada remaja dapat memengaruhi kondisi psikologis, salah satunya tingkat harga diri. Intensitas penggunaan media sosial yang tinggi dapat meningkatkan kecenderungan perbandingan sosial dan memengaruhi penilaian remaja terhadap dirinya sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat penggunaan media sosial dengan tingkat harga diri remaja di SMA Negeri 1 Kampar Utara Tahun 2026. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X dan XI SMA Negeri 1 Kampar Utara sebanyak 161 siswa, dengan jumlah sampel akhir sebanyak 157 responden yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Kriteria inklusi meliputi siswa kelas X dan XI yang berstatus aktif dan menggunakan minimal satu media sosial, sedangkan kriteria eksklusi meliputi siswa yang tidak hadir saat penelitian, tidak memiliki akun media sosial, atau memiliki akun media sosial yang sama dengan orang tua. Instrumen penelitian menggunakan *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS) yang telah baku dan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. BSMAS terdiri dari 18 item dengan nilai validitas r hitung 0,44–0,83 dan reliabilitas Cronbach's alpha 0,857, sedangkan RSES terdiri dari 10 item dengan nilai validitas r hitung 0,415–0,703 dan reliabilitas Cronbach's alpha 0,858. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 65 responden (41,4%) memiliki tingkat penggunaan media sosial kategori kecanduan dan sebanyak 84 responden (53,5%) memiliki tingkat harga diri rendah. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p -value = 0,000 ($p \leq 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat penggunaan media sosial dengan tingkat harga diri remaja di SMA Negeri 1 Kampar Utara Tahun 2026. Penelitian ini merekomendasikan agar remaja menggunakan media sosial secara bijak dan terkontrol untuk membantu mempertahankan harga diri yang positif.

Kata Kunci : Harga Diri, Penggunaan Media Sosial, Remaja.

Abstract

Excessive social media use among adolescents can affect psychological conditions, one of which is self-esteem. High intensity of social media use may increase the tendency for social comparison and influence adolescents' self-evaluation. This study aimed to analyze the relationship between the level of social media use and the self-esteem level of adolescents at SMA Negeri 1 Kampar Utara in 2026. This study used a quantitative approach with a cross-sectional design. The population consisted of 161 students in grades X and XI of SMA Negeri 1 Kampar Utara, with a final sample of 157 respondents selected using total sampling. The inclusion criteria were active students in grades X and XI who used at least one social media platform, while the exclusion criteria were students who were absent during data collection, did not have a social media account, or had the same social media account as their parents. The research instruments consisted of the Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS) and the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). BSMAS consisted of 18 items with validity values ranging from 0.44 to 0.83 and a Cronbach's alpha reliability coefficient of 0.857, while RSES consisted of 10 items with validity values ranging from 0.415 to 0.703 and a Cronbach's alpha reliability coefficient of 0.858. Data were analyzed using the Chi-Square test. The results showed that 65 respondents (41.4%) had social media use in the addiction category and 84 respondents (53.5%) had low self-esteem. The Chi-Square test showed a p -value of 0.000 ($p \leq 0.05$), indicating a significant relationship between the level of social media use and the self-esteem level of adolescents at SMA Negeri 1 Kampar Utara in 2026. This study recommends that adolescents use social media wisely and in a controlled manner to help maintain positive self-esteem.

Keywords: *Self-Esteem, Social Media Use, Adolescents*

Address : Bangkinang

Email : farahaufa26@gmail.com

Phone : 085263913297

PENDAHULUAN

Remaja merupakan individu yang berada pada rentang usia 10-19 tahun dan merupakan masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, kognitif, emosional, dan sosial (WHO, 2024). Pada fase ini, remaja berada dalam proses pencarian identitas diri serta memiliki kebutuhan akan penerimaan dan pengakuan dari lingkungan sekitarnya (Refnadi, 2018).

Perkembangan teknologi informasi yang pesat turut memengaruhi kehidupan remaja, terutama melalui penggunaan media sosial. Di Indonesia, remaja merupakan salah satu kelompok pengguna media sosial yang dominan sehingga penggunaan media sosial yang berlebihan dapat mengganggu aktivitas remaja (Aprilia et al., 2020). Tingginya intensitas penggunaan media sosial pada remaja juga dapat memengaruhi cara berinteraksi, membangun relasi sosial, serta menilai diri sendiri dalam kehidupan sehari-hari (Fazry & Apsari, N., 2021).

Penggunaan media sosial pada remaja didukung oleh meningkatnya akses internet di Indonesia. Data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2024 menunjukkan jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 221,5 juta dengan penetrasi sebesar 79,5%, sedangkan di Provinsi Riau tercatat sebesar 77,14% (Siregar, A., A. et al., 2025). Survei nasional tahun 2021 yang dilakukan oleh Direktorat Jenderal Aplikasi Informatika Kementerian Komunikasi dan Informatika bersama Katadata menunjukkan WhatsApp paling banyak digunakan (89,2%), diikuti YouTube (72,3%), Facebook (70,2%), Instagram (60,1%), dan TikTok (33,5%) (Kusnandar, V., 2022).

Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat memberikan dampak terhadap kondisi psikologis remaja, salah satunya harga diri. Remaja yang sering melihat penampilan, pencapaian, dan kehidupan sosial orang lain di media sosial dapat melakukan perbandingan sosial yang memengaruhi penilaian terhadap dirinya sendiri. Kondisi tersebut dapat menimbulkan rasa kurang percaya diri dan ketidakpuasan terhadap diri sendiri (Refnadi, 2018).

Tidak semua remaja menggunakan media sosial dengan tingkat keterlibatan yang sama (Andreassen, C. et al., 2016). Sebagian remaja menggunakan media sosial sebagai sarana komunikasi dan hiburan secara wajar, sedangkan sebagian lainnya menunjukkan keterlibatan yang lebih tinggi hingga mengarah pada penggunaan berlebihan (Oktaviani et al., 2023).

Harga diri merupakan penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang mencerminkan sejauh mana seseorang merasa berharga, mampu, dan diterima oleh lingkungannya (Adetya et al., 2023). Individu dengan harga diri tinggi cenderung menerima dirinya secara positif, sedangkan individu dengan harga diri rendah cenderung memiliki penilaian negatif terhadap dirinya sendiri. Harga diri rendah pada remaja dapat ditandai dengan perasaan tidak percaya diri, ketidakpuasan terhadap diri sendiri, serta kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain (Refnadi, 2018).

Hubungan antara penggunaan media sosial dan harga diri dapat dijelaskan melalui Social Comparison Theory yang dikemukakan oleh Festinger (1954). Teori tersebut menjelaskan bahwa individu memiliki kecenderungan untuk mengevaluasi dirinya dengan membandingkan diri terhadap orang lain (Refnadi, 2018). Dalam penggunaan media sosial, remaja memperoleh berbagai informasi mengenai penampilan, pencapaian, maupun kehidupan sosial orang lain yang dapat menjadi dasar perbandingan sosial dan memengaruhi penilaian terhadap dirinya sendiri (Yulianto, I. & Virilia, 2023). Perbandingan sosial yang dilakukan secara terus-menerus dapat memengaruhi penilaian remaja terhadap dirinya sendiri (Qodariyah, S., D. et al., 2024).

Berdasarkan penelitian (Qodariyah, S., D. et al., 2024), terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan harga diri remaja, dimana semakin tinggi tingkat penggunaan media sosial maka semakin rendah harga diri remaja. Tingginya penggunaan media sosial dapat meningkatkan perbandingan sosial yang memengaruhi penilaian remaja terhadap dirinya sendiri. Oleh karena itu, penggunaan media sosial perlu diperhatikan karena dapat berkaitan dengan tingkat harga diri pada remaja.

Berdasarkan survei awal peneliti lakukan terhadap 30 siswa/i di SMAN 1 Bangkinang Kota, SMAN 2 Bangkinang Kota, dan SMA Negeri 1 Kampar Utara dengan menggunakan kuesioner, diperoleh hasil bahwa seluruh siswa/i merupakan pengguna aktif media sosial. Pada SMAN 1 Bangkinang Kota terdapat 8 siswa/i dengan harga diri tinggi dan 2 siswa/i dengan harga diri rendah, pada SMAN 2 Bangkinang Kota terdapat 7 siswa/i dengan harga diri tinggi dan 3 siswa/i dengan harga diri rendah, sedangkan pada SMA Negeri 1 Kampar Utara terdapat 7 siswa/i dengan harga diri rendah dan 3 siswa/i dengan harga diri tinggi. Dengan adanya fenomena ini sangat perlu dilakukan penelitian agar mendapatkan data yang riil mengenai hubungan tingkat penggunaan media sosial dengan tingkat harga diri remaja di SMA Negeri 1 Kampar Utara, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Harga Diri Remaja”.

METODE

Metode Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional* untuk menganalisis hubungan tingkat penggunaan media sosial dengan tingkat harga diri remaja di SMA Negeri 1 Kampar Utara. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Kampar Utara pada 13–18 April 2026. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X dan XI sebanyak 161 siswa. Sampel penelitian sebanyak 157 responden yang dipilih menggunakan teknik total populasi, dengan empat siswa tidak hadir pada saat pengambilan data.

Kriteria inklusi meliputi siswa kelas X dan XI SMA Negeri 1 Kampar Utara yang berstatus aktif dan menggunakan minimal satu media sosial. Kriteria eksklusi meliputi siswa yang tidak hadir saat pengambilan data, tidak memiliki akun media sosial, atau menggunakan akun media sosial yang sama dengan orang tua.

Instrumen penelitian terdiri dari *Bergen Social Media Scale* (BSMS) untuk mengukur penggunaan media sosial dan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) untuk mengukur tingkat harga diri. BSMS merupakan

Hubungan Tingkat Penggunaan Media Sosial Dengan Harga Diri Remaja

instrumen baku yang dikembangkan oleh Andreassen dan diterjemahkan serta dimodifikasi oleh Maheswari (2013). Instrumen terdiri dari 18 item, dengan 9 item favourable nomor 1, 2, 4, 5, 7, 11, 12, 13, dan 16, serta 9 item unfavourable nomor 3, 6, 8, 9, 10, 14, 15, 17, dan 18. Nilai validitas berada pada rentang 0,44–0,83 dan reliabilitas Cronbach’s alpha sebesar 0,857. RSES terdiri dari 10 item dengan nilai validitas 0,415–0,703 dan reliabilitas Cronbach’s alpha sebesar 0,858.

Pengumpulan data dilakukan secara langsung setelah peneliti memperoleh izin penelitian dari pihak terkait. Peneliti menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian kepada responden, kemudian memberikan informed consent. Responden yang bersedia selanjutnya mengisi kuesioner, kemudian kuesioner dikumpulkan untuk dilakukan pengolahan dan analisis data. Etika penelitian meliputi *informed consent*, *confidentiality*, dan *anonymity*.

Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi masing-masing variabel dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

HASIL

Analisa Univariat

Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden Di SMAN 1 Kampar Utara

No	Jenis Kelamin	N	Persentase (%)
1	Laki-laki	67	42,7%
	Perempuan	90	57,3%
	Total	157	100%
2	Usia		
	15 Tahun	40	25,5%
	16 Tahun	78	49,7%
	17 Tahun	39	24,8%
	Total	157	100%
3	Kelas		
	X1	26	16.6%
	X2	26	16.6%
	X3	27	17,2%
	XI1	27	17,2%
	XI2	25	15,9%
	XI3	26	16.6%
	Total	157	100%

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa jenis kelamin perempuan berjumlah 90 remaja (57,3%), selain itu usia responden berada paling banyak di usia 16 tahun yang berjumlah 78 remaja (49,7%), dan kelas responden yang paling dominan yaitu kelas X3 dan XI1 yang berjumlah 27 orang (17,2%).

Tabel 2 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jumlah Media Sosial yang Digunakan

NO	Jumlah Media Sosial	N	Persentase(%)
1	3 Media Sosial	39	24.8%
2	4 Media Sosial	118	75.2%
	Total	157	100%

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa dari 157 responden, paling banyak responden menggunakan empat media sosial, yaitu sebanyak 118 orang (75,2%).

Tabel 3 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Durasi dan Frekuensi Penggunaan Media Sosial

NO	Durasi Penggunaan Media Sosial	N	Persentase(%)
1	10-15 menit	6	3,8
2	16-30 menit	18	11,5
3	31-45 menit	66	42,0
4	≥ 60 menit	67	42,7
	Total	157	100%
NO	Frekuensi Penggunaan Media Sosial	N	Persentase(%)
1	4-6 kali	39	24,8%
2	≥ 6 kali	118	75,2%
	Total	157	100%

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa dari 157 responden, paling banyak responden menggunakan media sosial dengan durasi ≥ 60 menit yaitu sebanyak 67 orang (42,7%) dan frekuensi penggunaan media sosial paling sering yaitu ≥ 6 kali sehari sebanyak 118 orang (75,2%).

Hubungan Tingkat Penggunaan Media Sosial Dengan Harga Diri Remaja

Tabel 4 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktivitas Penggunaan Media Sosial

NO	Aktivitas Penggunaan Media Sosial	N	Persentase(%)
1	Chatting	40	25,5%
2	Upload foto,video, dan status	18	11.5%
3	Melihat/scroll postingan orang lain	87	55,4%
4	Interaksi (like & komentar)	12	7,6%
Total		157	100%

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa dari 157 responden, sebagian besar responden menggunakan media sosial untuk aktivitas melihat atau scrolling postingan orang lain yaitu sebanyak 87 orang (55,4%).

Tabel 5 : Distribusi Penggunaan Media Sosial Dengan Tingkat Harga Diri Remaja SMAN 1 Kampar Utara

No	Penggunaan Media Sosial	Frekuensi	Persentase %
1.	Kecanduan	65	41,4
2.	Peringatan	57	36,3
3.	Normal	35	22,3
Total		157	100

No	Harga Diri	Frekuensi	Persentase %
1.	Rendah	84	53,5
2.	Tinggi	73	46,5
Total		157	100

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa dari 157 responden terdapat 65 responden (41,4%) yang memiliki tingkat penggunaan media sosial kategori kecanduan dan dari 157 responden terdapat 84 responden (53,5%) dengan harga diri rendah.

Analisa Bivariat

Tabel 6 : Hubungan Tingkat Penggunaan Media Sosial Dengan Tingkat Harga Diri Remaja SMAN 1 Kampar Utara

Harga Diri							
Penggunaan Media Sosial	Rendah		Tinggi		Total		P Value
	n	%	n	%	n	%	
Kecanduan	46	70,8%	19	29,1%	65	100	< 0,000
Peringatan	28	49,1%	29	50,9%	57	100	
Normal	10	28,6%	25	71,4%	35	100	
Total	84	53,5%	73	46,5 %	157	100%	

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa dari 65 responden dengan penggunaan media sosial kategori kecanduan, terdapat 19 responden (29,2%) dengan harga diri tinggi. Kemudian, dari 57 responden dengan penggunaan media sosial kategori peringatan, terdapat 28 responden (49,1%) dengan harga diri rendah. Sedangkan, dari 35 responden dengan penggunaan media sosial kategori normal, terdapat 10 responden (28,6%) dengan harga diri rendah. Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai p = 0,000 (p < 0,05), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat penggunaan media sosial dengan tingkat harga diri remaja di SMA Negeri 1 Kampar Utara Tahun 2026..

PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa dari 157 responden terdapat 65 responden (41,4%) yang memiliki tingkat penggunaan media sosial kategori kecanduan. Sedangkan 57 responden (36,3%) memiliki tingkat penggunaan media sosial kategori peringatan dan 35 responden (22,3%) memiliki tingkat penggunaan media sosial kategori normal. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, sebagian besar responden memiliki tingkat penggunaan media sosial kategori kecanduan. Kondisi ini menunjukkan bahwa penggunaan media sosial pada sebagian remaja dilakukan dengan intensitas yang cukup tinggi dalam kehidupan sehari-hari.

Peneliti berpendapat bahwa tingginya penggunaan media sosial pada remaja dapat dipengaruhi oleh tingginya frekuensi remaja dalam mengakses media sosial. Penggunaan media sosial yang dilakukan secara berulang dapat membuat media sosial menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari remaja. Semakin sering remaja mengakses media sosial, semakin banyak waktu dan aktivitas yang dihabiskan pada media sosial. Kondisi tersebut dapat menyebabkan penggunaan media sosial menjadi lebih sulit dikendalikan apabila tidak disertai dengan kemampuan mengatur waktu penggunaan.

Di sisi lain, terdapat 57 responden (36,3%) yang memiliki tingkat penggunaan media sosial kategori

Hubungan Tingkat Penggunaan Media Sosial Dengan Harga Diri Remaja

peringatan. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian remaja telah memiliki tingkat penggunaan media sosial yang cukup tinggi, tetapi masih belum berada pada kategori kecanduan. Sedangkan terdapat 35 responden (22,3%) yang memiliki tingkat penggunaan media sosial kategori normal. Kondisi ini dapat menunjukkan bahwa sebagian remaja masih mampu mengontrol penggunaan media sosial dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, remaja juga memiliki aktivitas lain sehingga penggunaan media sosial tidak dilakukan secara berlebihan.

Tingginya penggunaan media sosial pada penelitian ini juga dapat dilihat dari frekuensi penggunaan media sosial responden. Sebanyak 118 responden (75,2%) menggunakan media sosial dengan frekuensi lebih dari 6 kali sehari. Selain itu, sebanyak 118 responden (75,2%) menggunakan empat aplikasi media sosial. Tingginya frekuensi akses dan banyaknya aplikasi yang digunakan menunjukkan bahwa media sosial telah menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari remaja. Kondisi tersebut dapat meningkatkan keterlibatan remaja dalam berbagai aktivitas di media sosial.

Peneliti berpendapat bahwa tidak semua remaja yang memiliki penggunaan media sosial cukup tinggi berada pada kategori kecanduan. Sebagian remaja masih mampu mengontrol penggunaan media sosial dan memiliki aktivitas lain di luar media sosial. Namun, terdapat 65 responden (41,4%) yang berada pada kategori kecanduan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki keterlibatan yang lebih tinggi dalam penggunaan media sosial dibandingkan responden lainnya. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tingkat penggunaan media sosial pada remaja di SMA Negeri 1 Kampar Utara Tahun 2026 sebagian besar berada pada kategori kecanduan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Qodariyah, S., D. et al. (2024), yang menunjukkan bahwa penggunaan media sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan harga diri remaja. Tingginya penggunaan media sosial dapat meningkatkan paparan remaja terhadap kehidupan, penampilan, dan pencapaian individu lain. Kondisi tersebut dapat mendorong remaja melakukan perbandingan sosial dengan individu lain. Penggunaan media sosial yang tinggi pada akhirnya dapat memengaruhi cara remaja menilai dan memandang dirinya sendiri.

Analisa Bivariat

Berdasarkan tabel 6 diperoleh bahwa dari 65 responden dengan tingkat penggunaan media sosial kategori kecanduan terdapat 46 responden (70,8%) yang memiliki harga diri rendah, sedangkan dari 35 responden dengan tingkat penggunaan media sosial kategori normal terdapat 25 responden (71,4%) yang memiliki harga diri tinggi. Berdasarkan hasil uji *Chi-Square* diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p \leq 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat penggunaan media sosial dengan harga diri remaja di SMA Negeri 1 Kampar Utara Tahun 2026. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat penggunaan media sosial yang lebih tinggi cenderung ditemukan pada remaja dengan harga diri yang lebih rendah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Qodariyah, S., D. et al. (2024) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan harga diri remaja. Tingginya penggunaan media sosial dapat meningkatkan kecenderungan remaja melakukan *social comparison* atau perbandingan sosial terhadap individu lain. Paparan terhadap penampilan, pencapaian, maupun kehidupan sosial orang lain yang ditampilkan melalui media sosial dapat memengaruhi cara remaja menilai dirinya sendiri.

Pada penelitian ini ditemukan 19 responden (29,2%) dengan tingkat penggunaan media sosial kategori kecanduan tetapi memiliki harga diri tinggi. Kondisi tersebut menunjukkan adanya responden yang memiliki pola berbeda dari kecenderungan utama penelitian. Menurut asumsi peneliti, kondisi ini dapat berkaitan dengan dukungan sosial, lingkungan keluarga dan hubungan dengan teman sebaya. Dukungan sosial yang baik dapat membuat remaja merasa diterima dan dihargai sehingga membantu mempertahankan penilaian positif terhadap dirinya meskipun memiliki tingkat penggunaan media sosial yang tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian Lusiana, G. et al. (2024) yang menjelaskan bahwa lingkungan sosial memiliki peran dalam membentuk penilaian individu terhadap dirinya sendiri.

Berdasarkan hasil jawaban kuesioner, responden yang memiliki harga diri tinggi meskipun berada pada kategori penggunaan media sosial kecanduan menunjukkan respons positif pada pernyataan nomor 6 *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS), yaitu mengenai meningkatnya kepuasan ketika menggunakan media sosial dengan intensitas lebih sering. Menurut asumsi peneliti, kondisi tersebut dapat menunjukkan bahwa sebagian responden memperoleh pengalaman sosial yang positif melalui media sosial, seperti memperoleh komentar positif, peningkatan jumlah *like*, dan bertambahnya *followers*. Pengalaman positif tersebut dapat memberikan rasa diterima dan membantu sebagian remaja mempertahankan penilaian positif terhadap dirinya.

Selain itu, terdapat 10 responden (28,6%) dengan tingkat penggunaan media sosial kategori normal tetapi memiliki harga diri rendah. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media sosial yang normal tidak selalu diikuti dengan harga diri yang tinggi. Menurut asumsi peneliti, harga diri remaja juga dapat berkaitan dengan faktor lain di luar penggunaan media sosial, seperti pengalaman sosial, penerimaan lingkungan dan hubungan interpersonal. Hal ini sejalan dengan penelitian Widyastika & Anisah (2023) yang menjelaskan bahwa harga diri remaja dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, termasuk pengalaman sosial dan lingkungan sekitar.

Berdasarkan hasil jawaban kuesioner, responden dengan harga diri rendah meskipun memiliki tingkat penggunaan media sosial kategori normal menunjukkan respons pada pernyataan nomor 8 *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES), yaitu mengenai harapan untuk dapat lebih dihargai. Menurut asumsi peneliti, kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian remaja masih memiliki kebutuhan terhadap penghargaan dan penerimaan dari lingkungan sekitarnya. Dengan demikian, tingkat penggunaan media sosial tidak menjadi satu-satunya faktor yang berkaitan dengan harga diri remaja, tetapi juga berkaitan dengan bagaimana remaja

Hubungan Tingkat Penggunaan Media Sosial Dengan Harga Diri Remaja

memperoleh penerimaan, penghargaan dan dukungan sosial dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat penggunaan media sosial dengan harga diri remaja. Temuan adanya responden dengan penggunaan media sosial kategori kecanduan tetapi memiliki harga diri tinggi serta responden dengan penggunaan media sosial kategori normal tetapi memiliki harga diri rendah menunjukkan bahwa hubungan tersebut tidak terlepas dari faktor lain yang turut berkaitan dengan harga diri remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden yang telah memberikan waktu dan kesempatan kepada peneliti, serta kepada keluarga, Ibu/Bapak dosen pembimbing dan teman-teman seperjuangan yang telah memberikan semangat dan motivasi untuk menyelesaikan penelitian ini.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan tingkat penggunaan media sosial dengan harga diri remaja di SMA Negeri 1 Kampar Utara Tahun 2026 dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat penggunaan media sosial dalam kategori kecanduan dan sebagian besar responden memiliki harga diri dalam kategori rendah. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000 (<0,05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat penggunaan media sosial dengan harga diri remaja di SMA Negeri 1 Kampar Utara Tahun 2026.

Bagi pihak sekolah, disarankan untuk memberikan edukasi mengenai penggunaan media sosial yang sehat melalui kegiatan bimbingan konseling atau penyuluhan kepada remaja, khususnya mengenai pengaturan waktu penggunaan media sosial dan dampak *social comparison* terhadap harga diri. Bagi remaja, disarankan untuk mengatur waktu penggunaan media sosial dan menggunakan media sosial untuk kegiatan yang positif serta menghindari kebiasaan membandingkan diri dengan orang lain yang ditampilkan di media sosial. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk meneliti faktor lain yang dapat memengaruhi harga diri remaja, seperti dukungan keluarga, teman sebaya, penerimaan diri dan lingkungan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Adetya, S., Viena, Y., & Pradana, A., W. (2023). Perbedaan Harga Diri pada Remaja Korban Cyberbullying Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Social Philanthropic*, 2(1), 36–43. <https://doi.org/10.31599/sp.v2i1.2737>
- Andreassen, C., S., Pallesen, S., & Griffiths, M., D. (2016). *The Relationship Between Addictive Use of Social Media, Narcissism, and Self-Esteem*. Addictive Behaviors.
- Aprilia, R., Sriati, A., & Hendrawati, S. (2020). Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *Journal of Nursing Care*, 3(1), 41–53. <https://jurnal.unpad.ac.id/jnc/article/view/26928>
- Fazry, L., & Apsari, N., C. (2021). Pengaruh Media Sosial terhadap Perilaku Cyberbullying di Kalangan Remaja. *Jurnal Pengabdian Dan Penelitian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(2), 272–278.
- Kusnandar, V., B. (2022). *Persentase Penggunaan Media Sosial Masyarakat Indonesia*. Databoks.
- Lusiana, G., R., Ginting, F., H., & Saragih, H. (2024). Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Harga Diri Remaja di SMA Negeri 12 Medan Tahun 2023. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 5(1), 98–109.
- Maheswari, J. (2013). Pola Perilaku Dewasa Muda yang Kecenderungan Kecanduan Situs Jejaring Sosial. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 2(1), 51–62. <https://doi.org/10.21009/jppp.021.08>
- Oktaviani, R., Permadi, D., & Suparto, D. (2023). Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram terhadap Tingkat Kepercayaan Diri. *TUTURAN: Jurnal Ilmu Komunikasi, Sosial Dan Humaniora*, 1(1), 67–79.
- Qodariyah, S., D., T., Maryani, L., & Sujana, T. (2024). Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Tingkat Harga Diri pada Remaja di RW 05 Kelurahan Pelindung Hewan Kecamatan Astana Anyar Kota Bandung. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 5(2), 120–129.
- Refnadi, R. (2018). Konsep Self-Esteem serta Implikasinya pada Siswa. *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), 16–22.
- Siregar, A., A., H., Apriliani, R., R., & Nurhasanah. (2025). Analisis Korelasi Statistik Antara Populasi Jumlah Penduduk dan Pengguna Internet Di Indonesia. *RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business*, 4(3), 4776–4781. <https://doi.org/10.31004/riggs.v4i3.2684>
- WHO. (2024). *World Health Statistic 2024*. World Health Organization.
- Widyastika, A. R., & Anisah, L. (2023). Iklim Sekolah dan Schadenfreude dengan Bullying pada Remaja Sekolah Menengah Atas. *Psycho Idea*, 21(1), 25. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v21i1.16785>
- Yulianto, I., A., & Virilia, S. (2023). Pengaruh Sosial Comparison dan Adiksi Tiktok terhadap Self Esteem pada Remaja. *Jurnal Diversita*, 9(2), 228–238. <https://doi.org/10.31289/diversita.v9i2.9365>