

Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial Terhadap Kebingungan Identitas Gender Pada Generasi Z Mahasiswa Keperawatan

Citra Rizkia Sari¹, Kurnia Laksana^{*2}

^{1,2} STIKes Maharani Malang

Email: criskiasari@gmail.com

Abstrak

Paparan digital yang terus-menerus pada Generasi Z membuka peluang bagi media sosial untuk ikut membentuk cara individu memaknai dirinya, termasuk identitas gender. Studi ini disusun untuk menguji apakah tingkat keterlibatan mahasiswa keperawatan dengan media sosial berasosiasi dengan derajat kebingungan yang mereka rasakan terhadap identitas gendernya. Desain korelasional cross-sectional diterapkan pada 80 mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan STIKes Maharani Malang angkatan 2023 yang dipilih melalui purposive sampling dari populasi 100 mahasiswa. Data dijangkau memakai dua instrumen kuesioner, yaitu adaptasi Social Media Use Intensity Scale dan Identity Confusion Scale, kemudian diuji hubungannya dengan Spearman Rank. Mayoritas responden (82,5%) tergolong pengguna media sosial dengan intensitas tinggi, sementara 68,75% responden menunjukkan tingkat kebingungan identitas gender yang tinggi pula. Uji korelasi memperlihatkan hubungan positif yang bermakna antara kedua variabel ($r = 0,487$; $p = 0,000$), yang berarti keterlibatan intensif dengan media sosial sejalan dengan meningkatnya kerancuan identitas gender pada mahasiswa. Temuan ini menegaskan perlunya penguatan literasi digital serta pendampingan psikososial bagi mahasiswa keperawatan agar penggunaan media sosial tidak mengganggu proses pembentukan identitas diri mereka.

Kata kunci: Intensitas Media Sosial, Kebingungan Identitas Gender, Generasi Z, Mahasiswa Keperawatan

Abstract

Constant exposure to digital platforms opens the possibility that social media contributes to how Generation Z individuals interpret themselves, including their gender identity. This study was designed to examine whether nursing students' engagement with social media is associated with the degree of confusion they experience regarding their gender identity. A cross-sectional correlational design was applied to 80 undergraduate nursing students of the 2023 cohort at STIKes Maharani Malang, selected through purposive sampling from a population of 100 students. Data were gathered using two questionnaires, an adaptation of the Social Media Use Intensity Scale and the Identity Confusion Scale, and the relationship between them was tested using Spearman Rank correlation. The majority of respondents (82.5%) fell into the high social media use intensity category, while 68.75% reported a high level of gender identity confusion. The correlation test revealed a significant positive relationship between the two variables ($r = 0.487$; $p = 0.000$), indicating that heavier engagement with social media corresponds with greater gender identity confusion among students. These findings underline the need to strengthen digital literacy and provide psychosocial support for nursing students so that social media use does not disrupt their process of self-identity formation.

Keywords: Social Media Intensity, Gender Identity Confusion, Generation Z, Nursing Students

1. PENDAHULUAN

Teknologi digital telah mengubah lanskap komunikasi dan interaksi sosial, dan bersamaan dengan itu turut menggeser cara generasi muda menyusun serta menampilkan identitas dirinya. Ruang digital kini menjadi salah satu arena utama tempat remaja dan dewasa awal bereksperimen dengan berbagai representasi gender yang ditawarkan lewat konten visual maupun narasi daring, yang tidak jarang berbeda dari norma budaya setempat [1]. Survei internasional bahkan mencatat bahwa mayoritas remaja mengakui media sosial ikut membentuk cara mereka memandang diri, termasuk identitas gendernya [2].

Generasi Z tumbuh dengan pola relasi terhadap media sosial yang berbeda dari generasi sebelumnya; platform digital tidak sekadar dipakai untuk berkomunikasi, tetapi juga menjadi sarana eksplorasi diri [1]. Data global memperlihatkan rata-rata waktu penggunaan media sosial harian mencapai lebih dari dua jam bagi mayoritas pengguna internet dunia [3], sementara di Indonesia tren serupa juga terjadi, dengan kelompok usia 15–24 tahun sebagai pengguna dominan [4]. Pola penggunaan yang intensif ini turut memengaruhi cara remaja memaknai dirinya dan lingkungan sekitarnya, termasuk di wilayah dengan populasi pelajar besar seperti Kota Malang.

Identitas gender merupakan bagian penting dari konsep diri yang berkembang pesat pada masa remaja dan dewasa awal, dan proses ini sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial, budaya, serta media yang dikonsumsi [5]. Representasi maskulinitas dan feminitas yang ditampilkan secara dominan di ruang digital berpotensi menciptakan jarak antara diri nyata dan diri ideal, sehingga memicu konflik peran serta kebingungan identitas gender, khususnya pada individu yang masih berada pada tahap pencarian jati diri [6]. Studi tingkat regional juga menemukan bahwa paparan terhadap representasi gender di media sosial berkontribusi terhadap perubahan cara individu memaknai peran gendernya [7].

Studi pendahuluan yang dilakukan pada 24 mahasiswa Keperawatan STIKes Maharani Malang Angkatan 2023 menemukan bahwa mayoritas responden mengakses media sosial lebih dari empat jam per hari, dengan sebagian besar mengaku pernah membandingkan dirinya dengan figur ideal di media sosial dan sebagian lainnya menyatakan pernah merasa ragu terhadap peran gender yang seharusnya mereka tampilkan. Fenomena serupa juga tampak dari observasi awal, yakni munculnya gaya berperilaku yang bergeser dari norma gender konvensional di kalangan mahasiswa. Temuan awal ini mengindikasikan bahwa intensitas penggunaan media sosial berpotensi berkaitan dengan proses pembentukan identitas gender mahasiswa yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal.

Kajian yang secara spesifik menguji keterkaitan intensitas penggunaan media sosial dengan kebingungan identitas gender pada Generasi Z di konteks lokal, khususnya di kalangan mahasiswa keperawatan Kota Malang, masih terbatas jumlahnya. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap kebingungan identitas gender pada Generasi Z mahasiswa Keperawatan STIKes Maharani Malang Angkatan 2023, dengan harapan hasilnya dapat menjadi dasar bagi pengembangan pendekatan keperawatan yang mendukung kesehatan psikososial mahasiswa di era digital.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional, yang memungkinkan pengukuran hubungan antarvariabel dilakukan pada satu titik waktu. Populasi penelitian mencakup seluruh mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan STIKes Maharani Malang Angkatan 2023 yang berjumlah 100 orang. Besar sampel dihitung menggunakan rumus Slovin dengan taraf toleransi kesalahan 5%, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 80 responden yang dipilih melalui teknik non-probability berupa purposive sampling, dengan kriteria inklusi berupa kesediaan menjadi responden dan berstatus mahasiswa aktif Angkatan 2023.

Variabel bebas pada penelitian ini adalah intensitas penggunaan media sosial, sedangkan variabel terikatnya adalah kebingungan identitas gender. Data intensitas penggunaan media sosial dijamin menggunakan kuesioner adaptasi dari instrumen yang dikembangkan Ellison, Steinfield, dan Lampe [8], sedangkan data kebingungan identitas gender dikumpulkan menggunakan kuesioner Identity Confusion Scale yang merujuk pada kerangka Erikson dan rekan [9]. Kedua instrumen ini telah dipakai pada penelitian-penelitian sejenis sebelumnya

sehingga uji validitas dan reliabilitas tambahan tidak dilakukan ulang oleh peneliti; nilai r hitung pada seluruh item dinyatakan lebih tinggi dari r tabel (0,514), sesuai kriteria pengujian [10].

Pengumpulan data primer dilakukan secara langsung melalui pengisian kuesioner oleh responden dalam satu hari pengambilan data, sedangkan data sekunder berupa jumlah mahasiswa aktif diperoleh dari Badan Administrasi Akademik STIKes Maharani Malang. Data yang terkumpul diolah melalui tahapan editing, coding, scoring, entry data, dan tabulating sebelum dianalisis. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden serta gambaran masing-masing variabel, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji korelasi Spearman Rank untuk menguji hubungan antara intensitas penggunaan media sosial dan kebingungan identitas gender, dengan taraf signifikansi $p < 0,05$. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan kelaikan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Noor Huda Mustofa dengan nomor 3179/KEPK/UNIV-NHM/EC/III/2026.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Dari 80 mahasiswa yang menjadi responden, sebagian besar berusia 18–21 tahun (82,5%) dan berjenis kelamin perempuan (91,25%), tersebar hampir merata pada tiga kelas paralel (Tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	f	%
Usia	18–21 tahun	66	82,5
	22–25 tahun	14	17,5
Jenis Kelamin	Laki-laki	7	8,75
	Perempuan	73	91,25
Kelas	6A / 6B / 6C	28/22/30	35,0/27,5/37,5

Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Kebingungan Identitas Gender

Sebagian besar responden (82,5%) menunjukkan intensitas penggunaan media sosial pada kategori tinggi, diikuti kategori sedang (16,25%) dan rendah (2,5%). Pola ini menunjukkan bahwa media sosial sudah menjadi bagian rutin dari kehidupan sehari-hari mahasiswa keperawatan, bukan sekadar aktivitas selingan. Pada variabel kebingungan identitas gender, mayoritas responden (68,75%) juga berada pada kategori tinggi, sedangkan kategori sedang dan rendah masing-masing tercatat 28,75% dan 2,5% (Tabel 2).

Tabel 2. Distribusi Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Kebingungan Identitas Gender

Kategori	Media Sosial (f)	Media Sosial (%)	Identitas Gender (f/%)
Tinggi	66	82,5	55 / 68,75
Sedang	13	16,25	23 / 28,75
Rendah	2	2,5	2 / 2,5
Total	80	100	80 / 100

Uji korelasi Spearman Rank menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dengan kebingungan identitas gender, dengan koefisien korelasi $r = 0,487$ dan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Arah hubungan yang positif ini bermakna bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan media sosial mahasiswa, semakin tinggi pula kecenderungan mereka mengalami kebingungan identitas gender, dengan kekuatan hubungan berada pada kategori sedang menuju cukup kuat.

Temuan ini sejalan dengan pandangan bahwa media sosial berfungsi sebagai ruang konstruksi identitas digital, tempat individu leluasa membentuk dan menampilkan citra diri yang mereka inginkan [11]. Semakin sering seseorang beraktivitas di media sosial, seperti mengunggah konten atau berinteraksi dengan pengguna lain, semakin besar pula keterlibatannya dalam proses konstruksi identitas tersebut. Mekanisme umpan balik sosial berupa likes, komentar, dan jumlah pengikut turut memperkuat pola ini, karena respons positif dari lingkungan digital cenderung mendorong individu untuk semakin aktif menggunakan media sosial guna memperoleh validasi [12]. Media sosial juga membentuk standar sosial digital terkait penampilan, gaya hidup, dan ekspresi gender ideal; ketika terdapat kesenjangan antara diri nyata dan standar tersebut, muncul potensi konflik identitas [13].

Di sisi lain, kebingungan identitas gender merupakan hasil interaksi kompleks antara proses perkembangan psikososial individu dan pengaruh lingkungan sekitarnya, termasuk media sosial [5]. Paparan berulang terhadap beragam representasi gender di ruang digital dapat memperluas wawasan, tetapi juga berpotensi menimbulkan kerancuan bila individu tidak memiliki landasan nilai yang kokoh atau pendampingan yang memadai dari lingkungan terdekatnya [6]. Kecenderungan melakukan perbandingan sosial turut memperbesar risiko ini, karena tekanan untuk memenuhi standar ideal di media sosial dapat membuat individu meragukan identitas dirinya sendiri [7].

Peneliti memandang bahwa hubungan yang ditemukan dalam penelitian ini mengindikasikan media sosial sebagai faktor yang memperkuat, bukan semata-mata menjadi penyebab tunggal, kebingungan identitas gender pada mahasiswa. Batas antara realitas dan konstruksi digital menjadi semakin kabur ketika intensitas penggunaan media sosial tinggi, sehingga individu lebih sering terpapar bentuk-bentuk identitas yang belum tentu mencerminkan kondisi nyata. Kondisi ini diperparah oleh minimnya literasi digital serta kurangnya edukasi mengenai identitas diri dan gender, baik di lingkungan pendidikan maupun keluarga, sehingga mahasiswa cenderung mencari jawaban dari konten media sosial yang belum tentu akurat. Oleh karena itu, penguatan literasi digital dan pendampingan psikososial dari institusi pendidikan serta profesi keperawatan menjadi penting agar mahasiswa dapat memanfaatkan media sosial secara sehat tanpa mengorbankan stabilitas identitas dirinya.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, di antaranya tidak dikajinya jenis konten media sosial yang dikonsumsi responden secara spesifik serta terbatasnya jumlah variabel yang diteliti, sehingga faktor lain seperti pola asuh keluarga, budaya, dan kondisi psikologis individu belum turut dianalisis.

4. KESIMPULAN

Mayoritas mahasiswa keperawatan pada penelitian ini tergolong sebagai pengguna media sosial dengan intensitas tinggi dan sekaligus menunjukkan tingkat kebingungan identitas gender yang tinggi pula. Uji korelasi Spearman Rank mengonfirmasi adanya hubungan positif yang signifikan antara intensitas penggunaan media sosial dan kebingungan identitas gender ($r = 0,487$; $p = 0,000$), yang menunjukkan bahwa semakin intensif mahasiswa menggunakan media sosial, semakin besar pula kecenderungan mereka mengalami kerancuan dalam memahami identitas gendernya. Temuan ini menegaskan pentingnya edukasi literasi digital

serta dukungan psikososial bagi mahasiswa keperawatan sebagai upaya menjaga kestabilan identitas diri mereka di tengah derasnya arus konten digital.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] J. Kim, "Social media exposure and gender identity development among adolescents," *J. Youth Stud.*, vol. 25, no. 3, pp. 345–360, 2022.
- [2] Pew Research Center, "Teens, social media and identity development," Pew Research Center, 2022.
- [3] DataReportal, "Digital 2024: Global overview report," We Are Social & Meltwater, 2024.
- [4] APJII, "Laporan survei penetrasi dan perilaku pengguna internet Indonesia 2024," Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2024.
- [5] D. Kamisya and R. Setiawan, "Konstruksi identitas gender pada remaja pengguna media sosial," *J. Psikol. Kontemporer*, vol. 11, no. 2, pp. 89–102, 2024.
- [6] M. Pasenrigading, H. Nur, and S. Daud, "Pengaruh media sosial terhadap persepsi diri dan pembentukan identitas remaja," *J. Psikol. Remaja Indones.*, vol. 7, no. 1, pp. 21–35, 2025.
- [7] A. Abdul Basid, F. Rahman, and N. Lestari, "Konstruksi identitas digital remaja di Jawa Timur," *J. Sociol. Digit. Indones.*, vol. 4, no. 1, pp. 45–59, 2025.
- [8] N. B. Ellison, C. Steinfield, and C. Lampe, "The benefits of Facebook \"friends\": Social capital and college students' use of online social network sites," *J. Comput.-Mediat. Commun.*, vol. 12, no. 4, pp. 1143–1168, 2007.
- [9] E. H. Erikson, *Identity: Youth and Crisis*. New York, NY, USA: W. W. Norton & Company, 1968.
- [10] F. Nauza, "Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif," *J. Ilm. Stat.*, vol. 5, no. 2, pp. 89–96, 2018.
- [11] H. Ziliwu, R. Ginting, and T. Manalu, "Intensitas media sosial dan kesejahteraan psikologis remaja," *J. Psikol. Klin.*, vol. 6, no. 1, pp. 15–29, 2022.
- [12] D. Putri and N. Sari, "Representasi diri remaja di media sosial berbasis visual," *J. Komun. Vis.*, vol. 4, no. 1, pp. 23–37, 2020.
- [13] M. Telaumbanua and J. Laoli, "Media sosial dan pembentukan identitas remaja di era digital," *J. Pendidik. dan Sos.*, vol. 8, no. 1, pp. 34–46, 2022.